

**TERAPI BERMAIN REGULASI DIRI UNTUK MENGURANGI PERILAKU
MENGGANGGU**

TESIS

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Derajat Gelar S-2
Program Studi Magister Psikologi Profesi**



Disusun oleh :

**FATIMAH AZZAHRA
NIM : 201710500211018**

**DIREKTORAT PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
Januari 2020**

TERAPI BERMAIN REGULASI DIRI UNTUK MENGURANGI PERILAKU MENGGANGGU

Diajukan oleh :

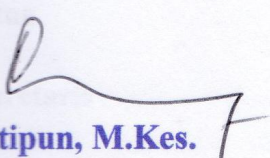
FATIMAH AZZAHRA
201710500211018

Telah disetujui

Pada hari/tanggal, **Kamis/ 02 Januari 2020**

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

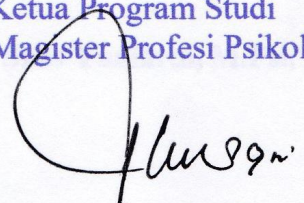

Dr. Latipun, M.Kes.


Dr. Rr. Siti Suminarti Fasikhah, M.Si.


**Direktur
Program Pascasarjana**

**Ketua Program Studi
Magister Profesi Psikologi**


Prof. Akhsanul In'am, Ph.D.


Dr. Cahyaning Suryaningrum, M.Si.

TESIS

Dipersiapkan dan disusun oleh :

FATIMAH AZZAHRA

201710500211018

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada hari/tanggal, Kamis/ 02 Januari 2020
dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai kelengkapan
memperoleh gelar Magister/Profesi di Program Pascasarjana
Universitas Muhammadiyah Malang

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua	:	Dr. Latipun, M.Kes.
Sekretaris	:	Dr. Rr. Siti Suminarti Fasikhah, M.Si.
Penguji I	:	Dr. Diah Karmiyati, M.Si.
Penguji II	:	Muhammad Salis Yuniardi, M.Psi, Ph.D.

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : **FATIMAH AZZAHRA**
NIM : **201710500211018**
Program Studi : **Magister Psikologi Profesi**

Dengan ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. TESIS dengan judul : **TERAPI BERMAIN REGULASI DIRI UNTUK MENGURANGI PERILAKU MENGGANGGU** Adalah karya saya dan dalam naskah Tesis ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu Perguruan Tinggi dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dalam daftar pustaka.
2. Apabila ternyata dalam naskah Tesis ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur **PLAGIASI**, saya bersedia Tesis ini **DIGUGURKAN** dan **GELAR AKADEMIK YANG TELAH SAYA PEROLEH DIBATALKAN**, serta diproses sesuai dengan ketentuan hukum yang berlaku.
3. Tesis ini dapat dijadikan sumber pustaka yang merupakan **HAK BEBAS ROYALTY NON EKSklusif**.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 02 Januari 2020

Yang menyatakan,



FATIMAH AZZAHRA

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis dengan judul “Terapi Bermain Regulasi Diri untuk Mengurangi Perilaku Mengganggu” yang merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar magister psikologi profesi di Universitas Muhammadiyah Malang.

Dalam proses penyelesaian tesis ini, penulis telah banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan, serta motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Akhsanul In'am, Ph.D. selaku direktur Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Malang
2. Dr. Cahyaning Suryaningrum, M.Si., Psikolog selaku kepala Program Pascasarjana Magister Psikologi Profesi Universitas Muhammadiyah Malang.
3. Dr. Latipun, M.Kes dan Dr. Rr. Siti Suminarti Fasikhah, M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing I dan II yang telah meluangkan banyak waktu dan pikiran untuk membantu, membimbing dan juga memberikan motivasi kepada penulis
4. Dosen-dosen yang telah mengajar dan memberikan banyak ilmu selama perkuliahan berlangsung
5. Ayah, Adik, Nenek dan keluarga besar lainnya yang telah memberikan motivasi, dukungan serta do'a-do'anya. Dan juga almarhumah ibu yang menjadi motivasi penulis
6. Teman-teman angkatan 2017 yang saling mendukung selama masa perkuliahan, terutama Windy, Andini, Afit, Ayu, May, Rafi, Defi, Karisma, Uti, dan Aulia
7. Ibu Amelia Azis Daeng Matadjo, M.Psi, Psikolog dan Ibu Nirma Yulidya M.Psi, Psikolog selaku pakar ahli yang membantu dalam memvalidasi model pengembangan
8. Guru serta siswa SDN Tulusrejo 2, SDN Jatimulyo 5, dan SDI Mohammad Hatta
9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan bantuan pada penulis selama penyelesaian proposal tesis ini.

Penulis menyadari tiada satupun karya manusia yang sempurna, sehingga kritik dan saran demi perbaikan karya ini sangat diharapkan. Meski demikian, penulis berharap semoga tulisan ini dapat membantu dan bermanfaat bagi peneliti khususnya dan pembaca pada umumnya.

Malang, Januari 2020
Penulis

Fatimah Azzahra

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	ii
DAFTAR TABEL.....	iv
DAFTAR LAMPIRAN.....	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
PENDAHULUAN.....	1
TINJAUAN PUSTAKA.....	5
Perilaku Mengganggu dalam Islam.....	5
Masalah Perilaku Mengganggu di Sekolah.....	5
Regulasi Diri.....	7
METODE PENELITIAN.....	12
Desain Penelitian.....	12
Subjek Penelitian.....	12
Instrumen Penelitian.....	13
Prosedur Penelitian dan Intervensi.....	14
Analisis Data.....	14
HASIL.....	15
PENELITIAN 1 :FORMULASI MODUL.....	15
Uji Validitas.....	15
Uji Coba.....	16
Hasil Uji Coba.....	16
Pembahasan.....	17
PENELITIAN 2 : EFEKTIVITAS MODEL.....	18
Analisis.....	18
PEMBAHASAN.....	22
SIMPULAN DAN IMPILIKASI.....	26
DAFTAR PUSTAKA.....	27

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 . Tahap penelitian pengembangan.....	14
Gambar 2 . Perbandingan Skor <i>School Disruption Scale Inferred by Teachers</i> (SDSIT) sebelum dan sesudah mendapat perlakuan.....	16
Gambar 3 . Skor Perilaku Mengganggu berdasarkan SDSIT menurut kelompok eksperimen dan kontrol.....	20



DAFTAR TABEL

Tabel 1 . Perbedaan Mean Skor SDSIT pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.....	19
--	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 . Hasil Evaluasi Ahli.....	31
Lampiran 2 . Skor Valdisai Ahli.....	36
Lampiran 3 . Skala SDSIT.....	37
Lampiran 4 . Skala Evaluasi Klien Terhadap Terapi.....	40
Lampiran 5 . Hasil Skor SDSIT dan Evaluasi Klien <i>Try Out</i>	43
Lampiran 6 . Hasil SPSS Try Out.....	44
Lampiran 7 . Hasil Sesi Per Subjek Try Out.....	45
Lampiran 8 . Hasil Skala SDSIT dan Evaluasi Klien Kelompok Eksperimen.....	64
Lampiran 9 . Hasil Skala SDSIT Kelompok Kontrol.....	65
Lampiran 10 . Hasil SPSS Uji Wilcoxon Kelompok Eksperimen.....	66
Lampiran 11 . Hasil SPSS Uji Wilcoxon Kelompok Kontrol.....	67
Lampiran 12 . Hasil SPSS Uji Mann-Whitney.....	68
Lampiran 13 . Hasil Sesi Per Subjek Eksprimen.....	69
Lampiran 14 . Bagan Perubahan.....	98
Lampiran 15 . Diagram perbedaan peraspek dan jenis kelamin.....	99
Lampiran 16 . Modul Terapi Bermain Regulasi Diri.....	100
Lampiran 17 . Surat Izin Penelitian.....	138

Terapi Bermain Regulasi Diri untuk Mengurangi Perilaku Mengganggu

Fatimah Azzahra

fatimaazzahra218@gmail.com

Dr. Latipun, M.Kes (NIDN. 0711026401)

Dr. Rr. Siti Suminarti Fasikhah, M.Si. (NIDN. 0631086401)

Magister Psikologi Profesi, Universitas Muhammadiyah Malang
Malang, Jawa Timur, Indonesia

ABSTRAK

Perilaku mengganggu merupakan salah satu masalah yang banyak ditemui di sekolah. Intervensi yang sering dilakukan untuk kasus seperti ini adalah terapi yang berbasis perilaku. Namun terapi tersebut kurang optimal dalam menangani masalah tingkah laku mengganggu di sekolah. Tujuan dari penelitian ini adalah mengembangkan model intervensi terapi bermain regulasi diri yang valid, aplikatif dan efektif untuk permasalahan perilaku mengganggu. Jenis penelitian ini adalah penelitian pengembangan. Subjek dalam intervensi ini adalah anak-anak yang memiliki masalah perilaku mengganggu di sekolah. Perilaku anak diukur menggunakan *school disruption scale inferred by teacher*, serta wawancara terhadap subjek, teman dan guru. Tahapan dalam penelitian ini adalah perumusan model, pengembangan model dan pengujian model. Pada tahap pengujian model, uji pakar dilakukan oleh dua ahli dibidang psikologi anak dan remaja yang merupakan praktisi dan juga dosen. Selanjutnya simulasi model dilakukan pada enam orang anak dan pelaksanaan penelitian dilakukan pada 12 subjek yang terbagi menjadi dua kelompok yaitu eksperimen dan kontrol. Hasil dari penelitian ini membuktikan bahwa terapi bermain regulasi diri ini valid, aplikatif dan efektif untuk mengurangi perilaku mengganggu di kelas. Perilaku mengganggu subjek yang awalnya sedang berubah menjadi rendah sehingga subjek menjadi lebih tertib dan patuh di kelas.

Keywords: Regulasi Diri, Terapi Bermain, Perilaku Mengganggu

Self-Regulation Play Therapy to Decrease Disruptive Behavior

Fatimah Azzahra

Magister Profesi Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang

Fatimaazzahra218@gmail.com

ABSTRACT

Disruptive behavior is one of many problems encountered at school. Interventions often carried out in cases like this is behavior-based therapy. However, this therapy is less optimal to deal with disruptive behavior at school. The purpose of this study is to develop a new intervention model based on appropriate, applicable and effective self-regulation play therapy for reducing disruptive behavior. This research uses research and development method as the research design. The subjects in this intervention are children with disruptive behavior in school. Children's behavior is measured by school disruption inferred by teachers, as well as interviews with subjects, friends, and teachers. The stages of this research are model formulation, development, and testing. In the model testing phase, expert judgment is conducted by two experts in the field of child and adolescent psychology who are both the practitioner and the lecturer. Furthermore, the model simulation was carried out on six children, and the implementation of the study was carried out on 12 subjects which were divided into two groups; experiments and controls. The results of this study prove that this self-regulation play therapy is valid, applicable and effective for reducing disruptive behavior in class.

Keywords: Self-Regulation , Paly Therapy, Disruptive Behavior

PENDAHULUAN

Masalah perilaku di sekolah, merupakan masalah yang cukup sering kita lihat dan dikeluhkan oleh tenaga pengajar. Masalah-masalah tersebut antara lain adalah membolos, tidak mau menjawab pertanyaan, membuat gaduh, dan perilaku-perilaku lain yang tidak seharusnya dilakukan. Perilaku-perilaku tersebut merupakan perilaku mengganggu yang dikenal dengan nama perilaku disruptif (*disruptive behavior*). Perilaku mengganggu di sekolah dianggap sebagai pelanggaran aturan sekolah, kondisi belajar yang mengganggu, lingkungan mengajar atau hubungan dengan sekolah (Veiga, 2008).

Masalah perilaku ini berdampak pada orang-orang di sekitarnya seperti guru dan teman-teman sekelasnya yang merasa terganggu dengan perilaku anak-anak ini. Tidak hanya guru dan teman, perilaku mengganggu ini juga dapat menjadi beban untuk keluarga, orang tua dan masyarakat. Pada penelitian sebelumnya diketahui bahwa seperempat dari total populasi anak di Kanpur ditemukan memiliki masalah perilaku seperti kecemasan, hiperaktif, argumentativeness, dan ide-ide perfeksionis selama skrining awal dan anak-anak ini membutuhkan perhatian, ini sejalan dengan penelitian pendahulunya diberbagai negara lain (Gupta, Mongia, & Garg, 2017). Penelitian lain melaporkan bahwa sekitar 10 hingga 26% anak-anak di negara maju dan negara-negara berkembang memiliki masalah perilaku. Namun, prevalensi bisa sangat bervariasi tergantung pada lokasi geografis, budaya, karakteristik keluarga dan pengaturan sosial-ekonomi (Akpan, Ojinnaka, & Ekanem, 2010).

Perilaku yang dapat dikatakan sebagai masalah perilaku anak, salah satunya adalah perilaku buruk di sekolah. Perilaku buruk di sekolah meningkat dengan pesat dalam dua dekade terakhir (Dalgıç & Bayhan, 2014). Masalah ini cukup berat dan tidak dapat dihindari. Selain itu masalah perilaku buruk anak juga dapat menghabiskan waktu guru untuk mengajar di kelas untuk memberikan perhatian lebih kepada anak tersebut dan berakibat pada pengalaman belajar siswa yang lain juga. Sekolah menganggap masalah perilaku adalah masalah yang harus ditangani sesegera mungkin (Yuan & Che, 2012).

Masalah perilaku cenderung berdampak pada pencapaian akademik, seperti nilai yang rendah dalam bidang akademik (Kremer, Flower, Huang, & Vaughn,

2016). Masalah perilaku yang muncul di masa kecil ini (membuat masalah, perilaku oposisi, dan kelalaian) berdampak negatif terhadap kesejahteraan jangka panjang anak-anak pada hubungan dengan masalah sekolah, masalah pekerjaan, pengucilan sosial, dan kesehatan yang buruk (Tømmerås & Kjøbli, 2017). Dampak-dampak ini menunjukkan bahwa masalah perilaku tersebut dapat memengaruhi masa depan dari anak-anak yang mengalami masalah perilaku. Masalah ini perlu segera ditangani secara efektif untuk mencegah hal tersebut terjadi.

Untuk menangani masalah perilaku satu ini, sebelumnya perlu diketahui apa yang menjadi akar munculnya permasalahan ini. Ada beberapa penyebab umum perilaku ini, yaitu karena anak itu sendiri seperti mencari perhatian dan kesulitan dalam belajar, yang kedua adalah hubungan dengan guru, dan yang terakhir adalah lingkungan (Yuan & Che, 2012). Selain itu ketidakmampuan seseorang meregulasi diri juga dapat menyebabkan masalah perilaku (Berger, 2011).

Regulasi memiliki tiga proses yaitu regulasi kognitif emosi dan perilaku (Ludwig, Haindl, Laufs, & Rauch, 2016). Ketidak mampuan seseorang dalam meregulasi diri akan membuat dirinya tidak dapat memberikan penilaian terhadap sesuatu, memecahkan masalah, mengatsai konflik yang dihadapi. Tidak hanya itu, kurangnya kemampuan meregulasi diri juga membuat seseorang tidak dapat mengontrol emosinya, tidak mampu berempati terhadap orang lain sehingga ia berperilaku implusif, tidak mengikuti aturan, dan bahkan keterlibatan dengan perilaku beresiko (Murray, Rosanbalm, Christopoulps, & Hamoudi, 2015).

Melihat permasalahan yang terjadi serta akibat yang ditimbulkan, perlu dilakukan intervensi untuk mengurangi masalah tersebut. Dengan mengetahui penyebab perilaku bermasalah anak, maka akan ditemukan cara untuk pencegahan dan penanganan yang dapat dikembangkan. Permasalahan perilaku mengganggu di sekolah biasanya ditangani dengan menggunakan *behavior management* (Maclean-blevins, 2013).

Manajemen perilaku adalah layanan langsung yang dirancang untuk membantu anak atau remaja mengembangkan atau mempertahankan perilaku prososial di rumah, sekolah, atau masyarakat. Program intervensi manajemen perilaku didasarkan pada rencana layanan yang dipersonalisasi yang bertujuan untuk

meningkatkan kemampuan individu untuk berhubungan dengan pengasuh dan orang lain (Johnson et al., 2014). Strategi tersebut menggunakan cara menghukum anak ketika melakukan perilaku yang tidak diinginkan, namun mengabaikan perilaku yang diinginkan. Strategi seperti itu gagal memperkuat perilaku anak untuk memonitor perilakunya, padahal hal ini diperlukan anak untuk keberhasilannya dalam pembelajaran menjadi sukses (Maclean-blevins, 2013).

Selain terapi diatas, terapi perilaku juga merupakan salah satu terapi yang umum digunakan dalam mengatasi perilaku disruptif. Namun, perubahan perilaku melibatkan tidak hanya mengadopsi pola perilaku baru tetapi juga mengekang pola perilaku sebelumnya (Baumeister, Campbell, Krueger, & Vohs, 2003). Penggunaan penguatan (*reinforcement*) dari orang lain juga dinilai kurang ampuh dalam mengatasi masalah perilaku mengganggu jika dibandingkan dengan penguatan dari dalam dirinya. (Bolstad & Johnson, 1972).

Terapi yang digunakan sebelumnya berfokus pada penguatan eksternal, sedangkan perilaku mengganggu ini juga perlu ditangani secara internal. Oleh karena itu terapi perilaku dirasa kurang dapat mengatasi perilaku disruptif sampai pada akar permasalahannya, terutama yang berkaitan dengan kemampuan individu dalam meregulasi atau mengatur dirinya. Kemampuan regulasi diri dinilai lebih cocok untuk mengatasi masalah internal maupun eksternal anak dengan masalah perilaku. Anak yang mampu meregulasi diri akan mampu mengontrol emosi dan perilakunya. Hubungan antara regulasi diri dan masalah perilaku eksternal ditemukan di penelitian longitudinal (Berger, 2011). Model regulasi diri terbukti dapat menuerunkan perilaku (Endler & Kocovski, 2000). Anak dengan regulasi diri yang lemah cenderung memiliki masalah perilaku, seperti agresivitas terhadap teman sebayanya dan hal ini juga ditemukan di masa remaja (Berger, 2011).

Anak-anak perlu mengembangkan keterampilan regulasi diri. Pengaruh yang kuat dari keterampilan meregulasi diri dapat memberikan efek baik seperti kesiapan sekolah, membangun hubungan dengan teman sebaya, menghindari perilaku buruk dan pola makan sehat (Bandy & Moore, 2010). Perkembangan regulasi diri berkaitan erat dan melekat dalam konteks sosial. Contohnya, tingkat regulasi diri yang rendah, akan mempengaruhi gaya pengambilan keputusan kognitif impulsif,

tingkat rangsangan emosional yang lebih tinggi, serta tingkat aktivitas perilaku yang lebih tinggi (Novak & Clayton, 2001).

Terapi regulasi diri dirasa cocok untuk mengurangi perilaku mengganggu pada anak,. Namun terapi regulasi diri saja dirasa kurang dapat menarik perhatian anak-anak dengan perilaku mengganggu sehingga terapi regulasi diri ini disajikan dalam bentuk permainan. Terapi bermain memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk hidup, bermain, berbagi pengalaman dan perasaan yang terkait. Proses ini memungkinkan terapis untuk masuk ke dunia anak yang berisi aksi dan aktivitas. Terapis ikut mengalami secara pribadi dan interaktif mengenai dimensi batin dunia anak. Hubungan terapeutik ini adalah yang memberikan pertumbuhan dan penyembuhan yang dinamis bagi anak. Anak tidak dibatasi untuk mendiskusikan apa yang terjadi, saat bermain anak menghidupkan pengalaman masa lalu dan perasaan terkait (Landerth, 2001).

Terapi bermain dilakukan dengan menggunakan beberapa alat untuk bermain seperti kartu, bola, papan, dan uno stacko. Tanpa kehadiran bahan bermain, terapis hanya bisa berbicara dengan anak mengenai perilaku yang dilakukan oleh anak kemarin atau minggu lalu. Terapi bermain mengajak terapis untuk mengetahui dan mengalami serta aktif menagnani masalah anak. Proses ini merupakan proses di mana anak mengeluarkan perasaan, membawa mereka ke permukaan, mengeluarkannya di tempat terbuka, menghadapinya, dan belajar untuk mengendalikan atau mengabaikannya (Landerth, 2001).

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model yang dapat digunakan pada anak yang memiliki masalah perilaku mengganggu di sekolah. Penelitian ini berfokus pada terapi bermain dalam kelompok teman sebaya untuk meningkatkan regulasi diri anak. Terapi kelompok bermain regulasi diri ini dilakukan secara kelompok karena ada beberapa kelebihan dalam pelatihan dengan kelompok teman sebaya. Anak-anak yang berangkat ke sekolah dengan tujuan untuk bertemu dengan teman-temannya. Pertemuan anak-anak dengan teman sebayanya dapat memberikan keuntungan dalam perkembangan motivasi (Kindermann, 2016). Model ini dinamakan model terapi bermain regulasi diri untuk mengurangi perilaku mengganggu.

Model ini berbasis pada pendekatan belajar sosial (*social learning*) Bandura. Pendekatan belajar sosial berdasar pada konsep regulasi diri atau berfikir. Menurut Bandura, manusia merupakan pribadi yang dapat mengatur diri sendiri, mengatur lingkungan untuk mempengaruhi perilaku, membentuk dukungan kognitif, serta memberikan konsekuensi pada dirinya sendiri (Alwisol, 2012). Pendekatan ini dirasa cocok dengan permasalahan yang sedang dihadapi.

Model ini memulai intervensi dengan membuat kelompok dan kesepakatannya diikuti dengan memberikan psikoedukasi kepada anak mengenai perilaku mengganggu dan akibatnya dalam bentuk permainan. Setelah itu intervensi dilanjutkan dengan permainan untuk meningkatkan kemampuan regulasi diri anak sehingga dapat merubah perilaku anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan model ini dalam mengurangi perilaku mengganggu di sekolah.

TINJAUAN PUSTAKA

Perilaku Mengganggu dalam Islam

Perilaku disruptif atau perilaku mengganggu juga dibahas di dalam Al Quran. Pada surat ke 33 yaitu Al-Ahzab ayat 58 dijelaskan bahwa orang-orang yang mengganggu orang lain tanpa ada kesalahan yang diperbuat akan menanggung kebohongan dan dosa yang nyata. Ayat tersebut menjelaskan bahwa perilaku mengganggu merupakan salah satu perilaku buruk yang tidak disukai oleh Allah. Pada surat Al-Zalzalah ayat 8 juga diterangkan bahwa sekecil apapun kejahatan yang dilakukan, akan mendapat balasannya. Hal ini menunjukkan bahwa individu yang berperilaku disruptif atau mengganggu akan menerima balasan dari perilakunya, sehingga perilaku ini perlu dihindari.

Masalah Perilaku Mengganggu di Sekolah

Perilaku mengganggu atau dikenal dengan istilah perilaku disruptif (*disruptive behavior*) merupakan salah satu bentuk dari masalah perilaku. Masalah perilaku tidak memiliki batasan yang jelas mengenai siapa yang mengalami masalah ini dan siapa yang tidak mengalami masalah ini. Konsep masalah tingkah laku ini perlu mempertimbangkan keparahan, frekuensi, dimana hal ini terjadi dan apakah hal ini

permanen atau hanya sementara (Gundersen, 2010). Memberikan batasan perlu dilakukan untuk mengategorikan siapa saja yang dapat dikategorikan sebagai anak yang dapat dikategorikan memilih masalah perilaku.

Masalah perilaku mengganggu di sekolah merupakan salah satu bagian dari perilaku bermasalah anak yang telah diberi batasan-batasan tertentu. Perilaku ini dikonseptualisasikan secara konsisten sebagai perilaku yang mengganggu proses belajar mengajar atau mengganggu operasi tertib ruang kelas dan juga mengganggu keterampilan mengajar guru yang bersangkutan (Aloe, Shisler, Norris, Nickerson, & Rinker, 2014; Yuan & Che, 2012). Perilaku mengganggu diartikan sebagai suatu kegiatan yang menyebabkan kesusahan bagi guru, mengganggu proses belajar dan mengarahkan guru untuk membuat komentar terus menerus kepada siswa (Dalgıç & Bayhan, 2014).

Perilaku yang termasuk perilaku mengganggu ialah perilaku yang membutuhkan pengawasan secara terus menerus, tidak mendengarkan arahan, sering bermain dengan alat tulis, dan barang-barang lainnya, lambat memulai untuk mulai bekerja, berbicara tidak pada gilirannya, tidak termotivasi, mudah teralih dari pekerjaannya, sering mencari perhatian dan mencegah orang lain belajar dengan berbicara kepada mereka, menyentuh mereka, atau mengganggu peralatan sekolah teman seperti buku. Tidak hanya itu perilaku lain yang termasuk ialah agresi, perkelahian, kegagalan diri sendiri, mengganggu pekerjaan anak-anak lain, merusak properti sendiri, bullying, vandalisme, berlarian di kelas dan merusak furnitur kelas. (Dalgıç & Bayhan, 2014).

Perilaku mengganggu terbagi menjadi tiga faktor yaitu *Distraction – transgression* (gangguan pelanggaran), *schoolmater aggression* (agresi teman sekolah, dan *aggression to school authorities* (agresi otoritas sekolah). Gangguan pelanggaran mencakup acuan khusus pada gangguan dan kelalaian, ejekan di di kelas maupun sekolahm serta membolos. Agresi teman sekolah merujuk padap beberapa perilaku seperti serangang fisik atau verbal terhadap teman maupun material di sekolah. Agresi otoritas sekolah berfokus pada perilaku-perilaku agresi fiisik atau verbal terhadap guru, perampokan di sekolah, dan perilaku provokatif di

sekolah, seperti mabuk satau dibawah pengaruh obat-obat an saat pergi ke sekolah (Veiga & Lisboa, 2008).

Regulasi Diri

Regulasi diri merupakan istilah yang dikenalkan oleh Bandura. Sistem regulasi diri tidak hanya memediasi pengaruh sebagian besar pengaruh eksternal, tetapi juga memberikan dasar untuk tindakan yang terarah atau bertujuan (Bandura, 1991). Regulasi diri secara luas mengarah ke kemampuan untuk meregulasi perilaku, emosi, kognitif (Bridgett, Oddi, Laake, Murdock, & Bachmann, 2013). Self regulasi juga dapat menjadi motivasi untuk mencapai suatu tujuan (Weis, Trommsdorff, & Muñoz, 2016).

Regulasi diri mengintegrasikan tiga proses yaitu: regulasi kognitif, perilaku dan emosi. Regulasi kognitif mengacu pada fungsi eksekutif seperti memperbarui (*working memory*), menghambat dan merubah perhatian secara fleksibel. Dari perspektif kognitif, fungsi eksekutif merupakan dasar proses neurokognitif tingkat atas (top-down) yang mengatur regulasi diri kognitif (Ludwig et al., 2016). Regulasi kognitif termasuk perhatian terfokus, fungsi eksekutif (mis., fleksibilitas kognitif, pergeseran mental), penetapan tujuan, pemantauan diri sendiri, atribusi dan penilaian, pemecahan masalah, pengambilan perspektif (mis., teori pikiran dan orientasi masa depan), dan pengambilan keputusan (Murray et al., 2015).

Regulasi perilaku mengacu pada kemampuan dan kepatuhan pengendalian diri, yaitu, kemampuan untuk menginternalisasi aturan dan standar serta menghambat respons perilaku dominan yang tidak sesuai dengan aturan dan standar tersebut atau yang tidak sesuai dengan tuntutan lingkungan. Regulasi diri perilaku anak-anak menggambarkan perilaku seperti mematuhi aturan, mendengarkan orang lain tanpa mengganggu mereka, atau bisa menunggu giliran. Dengan demikian, regulasi diri perilaku dikaitkan dengan hasil sosial positif dan yang diinginkan, seperti hubungan teman sebaya positif dan perilaku sosial yang sesuai (Ludwig et al., 2016).

Hal yang termasuk dalam regulasi perilaku ialah mengikuti aturan, penundaan kepuasan, kegigihan, kontrol impuls, resolusi konflik, diberlakukannya

strategi koping aktif (misalnya, melakukan sesuatu seperti aktivitas fisik, menarik napas dalam-dalam, atau mencari dukungan), dan perilaku berorientasi tujuan (misalnya, mengatur waktu untuk menyelesaikan tugas). Kurangnya pengaturan diri dapat mengakibatkan berbagai kesulitan kesehatan mental; pada anak-anak dan remaja itu paling dapat diamati dalam perilaku impulsif, agresif, kesulitan atensi, penarikan, melukai diri sendiri, dan keterlibatan dalam perilaku berisiko seperti penggunaan narkoba (Murray et al., 2015).

Regulasi emosi mengacu pada pengalaman dan ekspresi emosi. Berdasarkan perspektif fungsionalis, kemampuan untuk mengatur emosi penting untuk membangun dan memelihara hubungan sosial serta memenuhi tuntutan situasional dan harapan sosial (mis. dalam konteks sekolah) atau mencapai tujuan. Misalnya, anak-anak dengan keterampilan pengaturan diri emosional yang baik tidak akan mudah frustrasi ketika segala sesuatunya tidak berjalan sebagaimana yang diharapkan (Ludwig et al., 2016). Regulasi emosi berhubungan dengan mengelola perasaan yang kuat dan tidak menyenangkan secara aktif dan menghasilkan fungsi adaptif dalam situasi yang membangkitkan emosi. Ini membutuhkan kesadaran dan pemahaman tentang perasaan dan melibatkan strategi menenangkan diri dan toleransi atau pengelolaan tekanan internal. Hal ini juga mendukung empati dan kasih sayang untuk diri sendiri dan orang lain (Murray et al., 2015).

Selain ketiga hal diatas integrasi proses kognitif dan emosional merupakan hal penting dalam regulasi diri. Integrasi ini memungkinkan 1) kelekatan dan kasih sayang untuk mempengaruhi penetapan tujuan dan perilaku dengan cara prososial dan 2) memungkinkan keterampilan pengaturan kognitif secara efektif (Murray et al., 2015).

Regulasi diri membuat individu mampu menyadari dan mengelola emosi, untuk menetapkan dan bekerja menuju tujuan positif, untuk mempertahankan hubungan positif, untuk membuat keputusan yang bertanggung jawab, dan mengelola pengalaman interpersonal dengan cara yang tepat dan positif (Vaughn, 2014). Regulasi diri beroperasi melalui serangkaian subfungsi psikologis yang harus dikembangkan dan dimobilisasi untuk perubahan yang diarahkan sendiri. Selain itu regulasi diri juga memiliki dampak besar terhadap sistem pemrosesan kognitif

(Bandura, 1991). Dengan regulasi diri individu dapat mengatur tingkah lakunya sendiri.

Anak pada usia 11 hingga 14 tahun memiliki karakteristik regulasi diri yang berbeda. Pada usia tersebut mereka menjadi lebih reaktif terhadap stres daripada anak-anak yang lebih muda maupun orang yang lebih tua. Terkait dengan peningkatan sensitivitas terhadap hadiah dan pencarian sensasi, serta berkurangnya perilaku menghindar yang mengarah pada peningkatan pencarian hal baru, eksplorasi, dan emosi. Secara bersamaan, konteks sosialnya berubah karena mereka menghabiskan waktu lebih dengan teman sebaya, dan struktur waktu mereka berubah dengan rutinitas dan kegiatan sekolah baru serta penurunan pemantauan dari orang tua. Masyarakat mengharapkan anak-anak di usia ini untuk dapat mengidentifikasi tujuan jangka panjang bagi diri mereka sendiri dan untuk memulai jalur untuk mengejar ini dengan sukses. (Murray et al., 2015).

Beberapa hal merupakan karakteristik regulasi diri pada usia 11 hingga 14 tahun. Karakteristik tersebut ialah peningkatan fokus dan penyelesaian tugas, perilaku yang lebih berorientasi pada tujuan dan pemantauan diri, mengatur perilaku yang lebih kompleks dan mengatur waktu secara lebih mandiri. Selain itu mereka menggunakan strategi untuk mengelola kesusahan, gairah emosional lebih kuat dari kontrol kognitif, pencarian imbalan yang kuat dengan ketakutan yang relatif rendah, pengambilan keputusan yang buruk (Murray et al., 2015).

Tingkah laku merupakan hasil dari pengaruh resiprokal faktor eksternal dan internal dari regulasi diri. Regulasi diri dapat dibentuk melalui tiga proses penting. Proses pertama ialah dengan memanipulasi faktor eksternal. Proses kedua ialah memonitor diri sendiri. Selanjutnya ialah dengan mengevaluasi tingkah laku internal individu tersebut (Alwisol, 2012).

Faktor eksternal memengaruhi regulasi dengan dua cara. Cara pertama adalah dengan memberi standar untuk mengevaluasi tingkahlaku. Faktor dari lingkungan yang berinteraksi dengan nilai pribadi membentuk sebuah standar untuk individu. Contohnya adalah anak yang belajar dari guru dan orang tua mengenai tingkah laku apa yang boleh dan tidak boleh, dan mana hal yang baik dan buruk (Alwisol, 2012).

Kedua, dengan memberikan penguatan untuk memengaruhi regulasi diri seseorang. Kepuasan tidak selalu didapat dari hadiah berupa benda, individu juga memerlukan hadiah atau penguat dari lingkungan eksternal. Standar tingkahlaku dan penguat biasanya saling berkaitan. Ketika individu bisa mencapai standar tingkahlaku yang sudah ditetapkan, agar perilaku tersebut muncul kembali perlu diberikan penguatan (Alwisol, 2012). Meningkatkan sumber daya regulasi diri untuk perilaku sehat dapat menyebabkan peningkatan tingkat perilaku sehat tersebut (Biber & Ellis, 2017).

Ada tiga faktor internal yang dikemukakan oleh Bandura. Faktor pertama adalah observasi diri yang dilaksanakan berdasarkan faktor kualitas penampilan, kuantitas penampilan, orisinalitas perilaku individu, dan seterusnya. Hal ini menunjukkan bahwa orang mampu memonitor performansinya, meski tidak sempurna. Kedua, proses penilaian tingkah laku. Proses ini dilakukan dengan cara menilai kesesuaian tingkah laku dengan standar pribadi, kemudian membandingkan dengan norma standar, menilai berdasarkan tingkat kepentingan suatu aktifitas dan memberi atribusi performa. Ketiga reaksi diri afektif, dari hasil pengamatan dan penilaian, individu akan menghadiahi atau menghukum diri sendiri (Alwisol, 2012).

Keterampilan regulasi diri dapat menjadi prediktor yang kuat dalam bidang kesehatan, pendidikan, keuangan dan sosial yang positif. Banyak efek positif yang tercatat, termasuk kesiapan sekolah, prestasi akademik, perilaku sehat, hasil kesehatan fisik dan mental. Sebaliknya, regulasi diri yang buruk dikaitkan dengan hasil yang merugikan seperti perilaku berisik, gangguan kejiwaan, ketergantungan zat, kejahatan dan pengangguran (Pandey, Hale, Goddings, Blakemore, & Viner, 2017). Dari penelitian tersebut diketahui bahwa regulasi diri merupakan hal penting yang harus dimiliki. Dengan meningkatkan regulasi diri, maka perilaku buruk juga dapat dikurangi. Berdasarkan dari hal tersebut, penelitian ini berfokus untuk meningkatkan regulasi diri anak yang nantinya berdampak pada perilaku anak agar menjadi lebih baik.

Untuk meningkatkan regulasi diri, maka diperlukan sebuah intervensi yang cocok. Banyak jenis intervensi yang digunakan oleh orang-orang dalam bidang psikologi. Intervensi psikologi dapat dilakukan baik secara individu, keluarga,

kelompok maupun komunitas. Masing-masing intervensi memiliki pendekatannya masing-masing. Salah satu intervensi yang cukup sering digunakan terutama pada anak-anak adalah intervensi dengan melakukan terapi bermain.

Terapi Bermain Regulasi Diri untuk Mengurangi Perilaku Disruptif

Bermain juga dipandang sebagai alat untuk mengatasi agresi, sebagai sarana untuk mempelajari keterampilan dasar bertahan hidup, sebagai sarana belajar perilaku sosial (permainan kompetitif dan kooperatif), serta sarana relaksasi yang diterima secara umum (Mostowfi, Koleini, & Khorramar, 2016). Terapi bermain digunakan sebagai jalan untuk membantu anak menghadapi distressnya dengan menggunakan permainan sebagai media komunikasi antara anak dan terapis (Cattanach, 2003).

Terapi bermain juga dapat membantu anak dan terapis memiliki hubungan yang dinamis selama proses terapi berlangsung. Terapis menyediakan bahan-bahan yang diperlukan dalam permainan dan memfasilitasi terapi dengan mengembangkan hubungan yang aman untuk mengembangkan dan mengeksplorasi diri (Landreth, 2001). Saat menggunakan game dengan aturan, urutan perkembangan game harus diperhitungkan. Saat anak-anak menjadi lebih tua, mereka dapat bermain game dengan aturan yang lebih kompleks (Savina, 2014).

Permainan disajikan dengan terstruktur dan menempatkan lebih banyak tuntutan pada kemampuan kognitif dan pengaturan diri seseorang. Dalam permainan dengan aturan, anak-anak tidak hanya hasil aktivitas mereka, tetapi juga bagaimana mencapai hasil tersebut. Sehingga mereka memperoleh pengetahuan prosedural mengenai tindakan mereka. Anak-anak juga mempraktikkan kepatuhan terhadap norma-norma kelompok, berurusan dengan negasi dan pelanggaran aturan, serta penalaran moral (Savina, 2014).

Terapi bermain regulasi diri ini dilakukan bersama-sama secara kelompok dengan teman sebaya. Hubungan teman sebaya penting untuk perkembangan anak dan selalu menjadi pusat dalam psikologi perkembangan. Teman sebaya penting untuk perkembangan sosial, belajar bagaimana bergaul dengan orang lain, menggabungkan kebutuhan individu dengan kebutuhan struktur sosial yang lebih besar, belajar bagaimana menerima bantuan dan dukungan, menyelaraskan diri

dengan budaya rekan yang lebih besar, dan membuatnya dapat melalui masa ketika keadaan menjadi sulit. Teman sebaya dianggap penting untuk perkembangan kognitif, afektif, dan perilaku, dan mereka telah digambarkan sebagai penting untuk pengembangan identitas (Kindermann, 2016).

Model terapi ini dirancang sedemikian rupa berdasarkan teori regulasi diri. Selain teori regulasi diri ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam menyajikan permainan papan dalam model ini. Pertama ialah menjadi kreatif dan berpikir di luar kotak, menjadikan permainan sebagai alat pembelajaran, memberikan tampilan profesional serta mengembangkan aturan yang baik (Mostowfi et al., 2016).

Model terapi ini diharapkan dapat meningkatkan regulasi diri pada anak, sehingga perilaku mengganggu di sekolah dapat menurun. Model terapi regulasi diri ini terdiri dari beberapa kegiatan yang berbeda untuk setiap sesinya. Setiap sesi memiliki tujuan utama yang sama yaitu untuk mengajarkan anak cara meregulasi dirinya, namun dalam setiap sesi ada target-target lebih spesifik yang ditetapkan berdasarkan dari aspek-aspek regulasi diri.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian pengembangan (R&D). Penelitian pengembangan adalah penelitian yang dirancang untuk menciptakan, mengembangkan, dan menguji keefektifan produk baru yang dirancang (Gall, Gall, & Borg, 2003; Sugiyono, 2017). Langkah-langkah yang digunakan dalam penelitian ini biasanya dikenal dengan siklus R&D (Gall et al., 2003).

Subjek Penelitian

Subjek penelitian diambil dengan teknik pengambilan sampel *nonprobability sampling* yang tidak memberikan peluang atau kesempatan yang sama bagi setiap anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. *Purposive sampling* dipilih karena subjek yang menjadi sampel dipilih berdasarkan pertimbangan dari pengumpulan

data dan menyesuaikan dengan tujuan penelitian. Alasan penggunaan teknik pengambilan sampel ini ialah untuk mendapatkan nilai validitas yang sesungguhnya (Latipun, 2011; Palys, 2008). Subjek penelitian ialah anak-anak berusia 11-12 tahun. Penelitian ini memerlukan 12 orang subjek, 6 orang sebagai subjek eksperimen dan 6 orang lainnya sebagai kelompok kontrol. Model perlakuan yang digunakan ialah perlakuan lawan tanpa perlakuan. Dalam model ini kelompok eksperimen mendapat perlakuan sedangkan kelompok kontrol tidak mendapat perlakuan (Latipun, 2011).

Instrumen Penelitian

Penelitian ini memerlukan empat instrumen yang terdiri dari skala validasi model, skala penilaian aplikasi model, *School Disruption Scale Inferred by Teachers* (SDSIT) yang didukung oleh hasil wawancara dan observasi.

Skala validasi model ialah skala yang diberikan kepada ahli atau pakar untuk memvalidasi isi dari model yang dikembangkan. Skala ini disusun untuk mengevaluasi model berdasarkan latar belakang, teori, aspek, prosedur, dan ruang lingkup model. Skala ini disusun dengan menggunakan skala likert dengan lima pilihan jawaban. Pilihan jawaban terdiri dari sangat kurang, kurang, cukup, baik dan sangat baik.

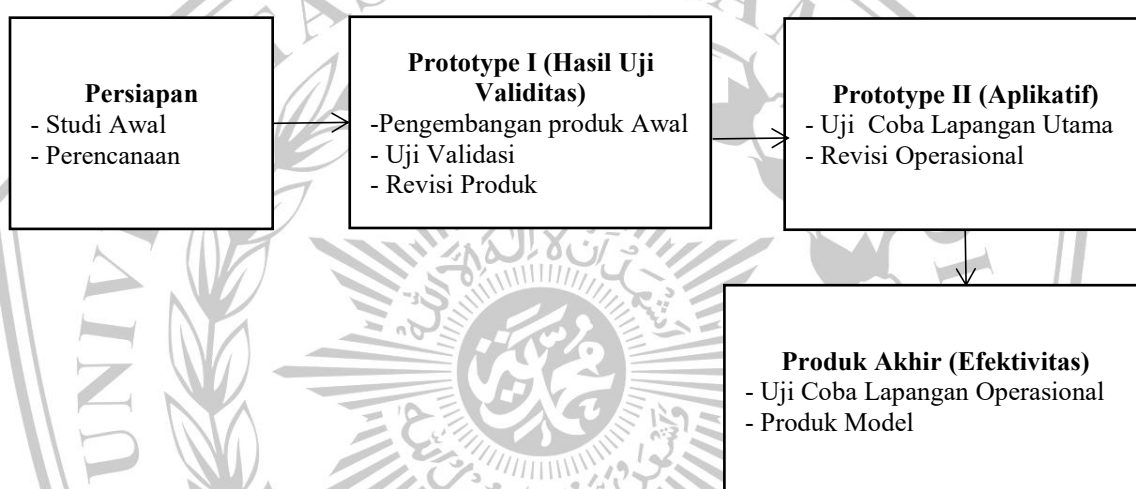
Skala kedua ialah skala penilaian aplikasi model. skala ini diberikan kepada klien yang mendapat perlakuan dari model terapi ini untuk menilai terapi yang diuji cobakan kepada klien. Skala ini diberikan setelah klien menerima perlakuan. Skala ini berisi item mengenai penilaian klien terhadap model yang diberikan. Penilaian yang diberikan berdasar pada aspek kebermanfaatan dari model yang diajukan. Skor yang diberikan untuk penilaian dalam skala ini ialah 1 bila tidak memuaskan, 2 bila kurang memuaskan, 3 bila memuaskan, dan 4 bila sangat memuaskan

Skala selanjutnya digunakan untuk menguji efektivitas dari model terapi ini sebagai bentuk dari *pretest* dan *posttest* untuk mengetahui perubahan perilaku disruptif anak. Skala yang digunakan ialah SDSIT yang berisi 16 item mengenai perilaku mengganggu anak, Skla tersebut diisi oleh guru wali kelas yang bertanggung jawab terhadap muridnya. Skala ini berbentuk skala likert 1 hingga 6 dimana 1 merupakan sangat tidak setuju dan 6 sangat setuju. Skala ini terbagi menjadi tiga

faktor yaitu *Distraction – transgression* (DT), *schoolmater aggression* (SA), dan *aggression to school authorities* (AA) (Veiga, 2011; Veiga & Lisboa, 2008). Hasil dari skala SDSIT didukung oleh hasil wawancara terhadap teman, guru dan subjek serta observasi.

Prosedur Penelitian dan Intervensi

Penelitian pengembangan memiliki sepuluh tahap yang harus dilalui (Gall et al., 2003). Secara umum tahap-tahap tersebut dapat digambarkan menjadi empat tahap seperti bagan dibawah ini:



Gambar 1. Tahap penelitian pengembangan

Analisis Data

Penelitian ini menggunakan beberapa metode analisis. Analisis data yang dilakukan adalah analisis non parametrik. Analisis ini dilakukan karena tidak ada persyaratan yang mengharuskan data terdistribusi secara normal seperti data parametrik. Analisis non parametrik yang digunakan pada penelitian ini adalah uji Wilcoxon dan Mann Whitney.

Uji Wilcoxon tepat digunakan dalam penelitian ini karena memiliki prosedur yang lebih luas dalam implementasinya khususnya pada subjek dengan jumlah yang kecil (Oyeka & Ebuh, 2012). Dalam proses ini, peneliti menggunakan program IBM SPSS *for windows*.

HASIL

PENELITIAN 1 :FORMULASI MODUL

Pembentukan atau formulasi model terapi ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan yang sesuai dengan prosedur penelitian pengembangan (*research and development*). Langkah pertama ialah membentuk konsep sesuai dengan literatur yang berkaitan dengan terapi bermain regulasi diri untuk menurunkan perilaku mengganggu di sekolah. Kemudian pada tahap formulasi modul, peneliti merancang prosedur suatu model terapi atau intervensi yang sesuai untuk mengurangi perilaku mengganggu. Model yang telah dikembangkan ini kemudian akan divalidasi oleh ahli dan dilakukan uji coba model untuk mengetahui validitas dan kelayakan model tersebut secara aplikatif.

Uji Validitas

Model terapi bermain regulasi diri ini divalidasi dengan metode *expert judgment* oleh dua orang ahli atau pakar. Ahli yang pertama ialah psikolog dan pemilik klinik *beloved kanti*, yang merupakan psikolog klinis anak dan remaja yaitu Amelia Azis Daeng Matadjo, M.Psi, Psikolog. Ahli yang kedua ialah pemilik dari Maharani Psychoworks Indonesia, yaitu Nirma Yulidya M.Psi, Psikolog yang juga merupakan psikolog anak dan remaja serta dosen di Universitas Gajayana Malang.

Penilaian dari ahli ini digunakan sebagai validasi modul dan juga *manipulation check*. Hasil penilaian dari kedua ahli menunjukkan rata-rata 3.7 dari nilai total 5. Hal tersebut menunjukkan bahwa pendahuluan, teori pendukung, ruang lingkup dan prosedur pelaksanaan model terapi bermain regulasi diri ini termasuk dalam kategori yang baik, namun masih memerlukan beberapa perbaikan.

Selain penilaian terhadap modul, ahli juga memberikan saran-saran yang dapat diterapkan dalam pelaksanaan terapi bermain regulasi diri. Menurut ahli, pemilihan subjek harus mempertimbangkan kemampuan dan pemahaman anak yang dapat didapat dengan wawancara terhadap gurunya. Selain itu pada sesi pertama sebelum memulai bermain, perlu dilakukan diskusi mengenai perilaku mengganggu dan alasan seseorang melakukannya sebagai pengantar terapi bermain regulasi diri.

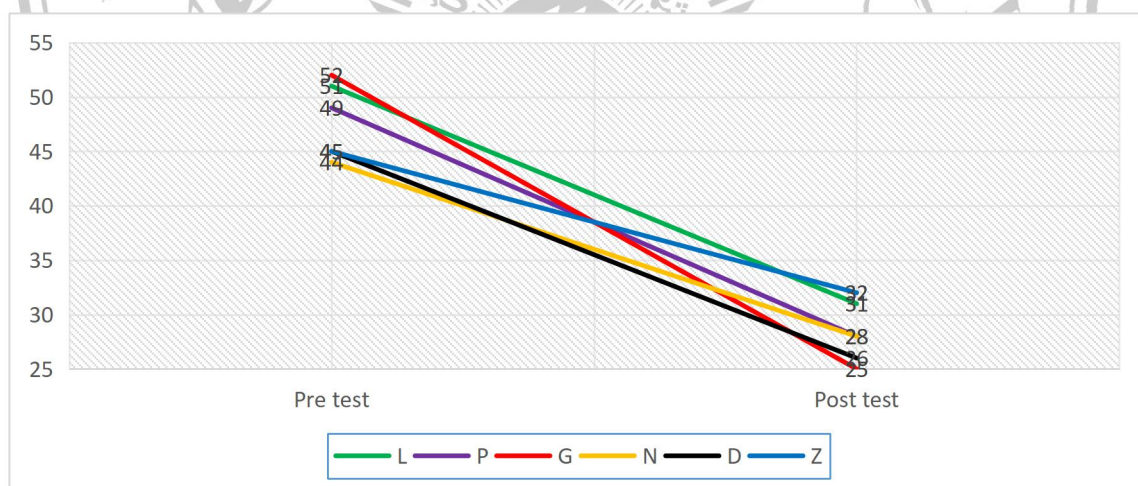
Pada sesi ke delapan perlu ditambahkan kegiatan yang dapat membantu anak untuk menghargai dirinya sendiri dan orang yang berjasa disekitarnya.

Uji Coba

Uj coba ini dilakukan sebagai simulasi pelaksanaa model terapi bermain yang telah disusun. Uji coba ini dilakukan untuk melihat kelayakan dan keefektivitasan modul terapi bermain ini. Dari hasil ini kemudian modul diperbaiki untuk diturunkan dalam penelitian.

Hasil Uji Coba

Semua subjek mendapatkan skor SDSIT sedang. Skala tersebut merupakan skala likert dengan 6 rentang pilihan yang menentukan intensitas perilaku mengganggu dilakukan. Masing-masing skala memiliki 16 yang terdiri dari 3 aspek. Pemberian instrumen ini bertujuan untuk mengukur dan melihat perubahan intensitas perilaku subjek sebelum mendapat terapi bermain dan sesudah mengikuti terapi bermain.



Gambar 2. Perbandingan Skor School Disruption Scale Inferred by Teachers (SDSIT) sebelum dan sesudah mendapat perlakuan

Pada gambar 2 dapat dilihat adanya penurunan pada skor SDSIT masing-masing subjek. Penurunan keseluruhan dapat dilihat dari nilai mean skor pretest dan postesnya. Mean skor pretest SDSIT ialah 47.67 dan postetesnya ialah 28.33. Hal tersebut menunjukkan bahwa guru wali kelas merasa ada penurunan perilaku mengganggu di kelas. Sealin itu subjek juga menyatakan dan menceritakan bahwa

dirinya mengalami perubahan. Subjek menyatakan bahwa dirinya sudah mulai bisa mengatur perilakunya dan membandingkan jumlah perilaku yang dilakukan sebelum mengikuti terapi bermain regulasi diri dengan sesudah mengikuti Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terapi ini cukup efektif untuk menurunkan perilaku mengganggu anak-anak. Pada saat uji coba modul, terlihat perbedaan yang cukup signifikan antara hasil skor *prestes* dan *postets*, baik dari hasil anak maupun guru.

Selain melihat penurunan skor SDSIT, instrumen evaluasi klien terhadap model terapi yang diberikan juga menjadi hal yang penting. Hasil dari instrumen evaluasi klien terhadap model terapi yang diberikan termasuk dalam kategori yang baik ($M=3.55$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi bermain regulasi diri ini dapat diaplikasikan untuk mengurangi perilaku mengganggu anak di sekolah.

Pembahasan

Hasil dari validasi ahli dan uji coba model menunjukkan bahwa model yang telah dibentuk dapat diterapkan untuk mengurangi perilaku mengganggu anak di sekolah. Validasi ahli juga berfungsi sebagai *manipulation check*. *Manipulation check* dapat dilakukan dengan berbagai cara salah satunya menggunakan penilaian dari orang lain yang bukan peneliti dan subjek, baik orang tersebut merupakan ahli atau bukan (Heppner, 2008). Setelah melakukan validasi ahli dan uji coba model ada beberapa hal yang perlu ditambahkan berkaitan dengan pelaksanaan untuk membuat terapi ini lebih kondusif dan efektif.

Validasi ahli dilakukan dengan memberikan instrumen validasi pada ahli. Penilaian yang diberikan oleh ahli berkaitan dengan empat aspek, yaitu pendahuluan, teori pendukung, ruang lingkup dan prosedur dalam melaksanakan terapi bermain regulasi diri ini. Hasil penilaian dari kedua ahli kemudia dijumlah dan dicari rata-ratanya untuk mendapatkan nilai akhir. Nilai yang diberikan oleh para ahli tergolong baik. Sehingga modul yang disusun oleh peneliti dapat dikatakan valid dan reliabel.

Hal yang ditambahkan ialah *self-evaluation* yang dilakukan dengan cara berdiskusi pada sesi pertama dengan tujuan untuk menanamkan nilai pada dirinya

dan sebagai pengantar menuju kegiatan dalam terapi ini. Pada sesi 8, selain evaluasi ditambahkan *healing* untuk membuat subjek mampu menghargai usahanya, memaafkan dirinya dan orang lain, serta berterimakasih pada orang-orang yang membantunya. Selain itu, dari hasil uji coba modul diketahui bahwa hukuman menyanyi dan menari tidak cukup efektif untuk membuat subjek jera melakukan pelanggaran aturan yang dibuat. Oleh karena itu, metode yang digunakan ialah dengan mencabut satu sticker yang didapatkan ketika subjek melakukan dua pelanggaran.

Dilihat dari hasil tryout, model terapi bermain regulasi diri ini terbukti dapat menurunkan perilaku mengganggu anak di sekolah. Dalam pelaksanaannya model terapi bermain regulasi diri ini perlu memperhatikan beberapa hal seperti kemampuan kognitif anak. Anak pada usia 11 hingga 12 tahun mulai berpikir secara abstrak mirip dengan orang dewasa dan mampu menggunakan penalaran deduktif dan hipotetis (Bhagat, 2018). Subjek yang termasuk dalam kelompok diharuskan memiliki kemampuan yang cukup untuk mengerti dan mengikuti permainan dengan pemahaman dan kecepatan yang sama maupun hampir sama dengan anggota lainnya, sehingga permainan dapat berjalan dengan baik dan menyenangkan.

Kelayakan dari suatu model dapat dilihat dari skor evaluasi klien terhadap terapi yang sudah dilakukan. Evaluasi ini dilakukan dengan tujuan untuk mendapatkan penilaian dari subjek yang telah mengikuti terapi bermain regulasi diri yang dirancang oleh peneliti. Evaluasi tersebut digunakan sebagai acuan peneliti untuk memperbaiki model yang dikembangkan. Hasil dari lembar evaluasi klien terhadap terapi bermain regulasi diri menunjukkan bahwa model ini layak dan dapat diaplikasikan.

PENELITIAN 2 : EFEKTIVITAS MODEL

Analisis

Penelitian ini menggunakan analisis non parametrik karena penyebaran atau distribusi data yang tidak normal. Analisis yang dilakukan ialah uji Wilcoxon dan Mann Whitney. Jumlah subjek yang kecil tepat menggunakan uji Wilcoxon karena memiliki prosedur yang lebih luas dalam implementasinya (Oyeka & Ebuh, 2012).

Analisis menggunakan uji wilcoxon bertujuan untuk melihat perbedaan skor pretest dan posttest kelompok eksperimen setelah mengikuti terapi bermain regulasi diri dan juga pretest dan posttest kelompok kontrol yang tidak mengikuti terapi bermain regulasi diri. Sedangkan uji Mann Whitney bertujuan untuk melihat perbedaan antara kelompok eksperimen dan kontrol.

Tabel 1. Perbedaan Mean Skor SDSIT pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

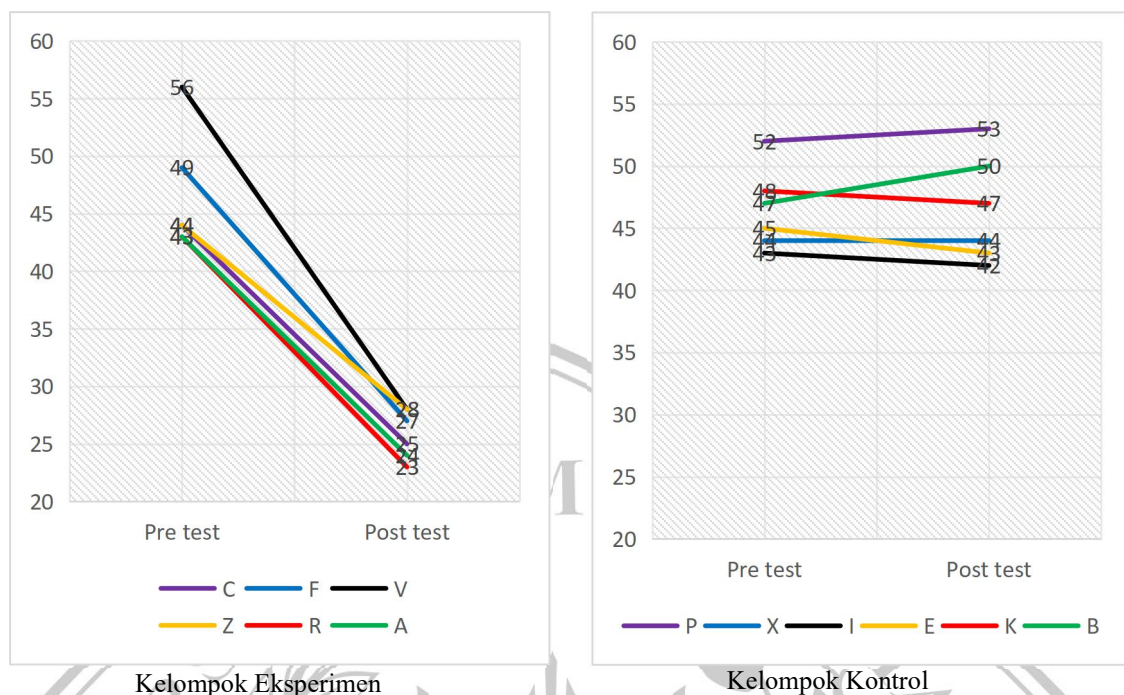
Kelompok	Pre Test		Post Test		Z
	M	SD	M	SD	
Eksperimen	46.5	5.17	25.83	2.137	-2.21
Kontrol	46.5	3.27	46.5	4.324	.14

Berdasarkan tabel 1 diatas, pada kelompok eksperimen yang mendapatkan terapi bermain regulasi diri diketahui adanya perbedaan rata-rata antara skor pre test dan post test SDSIT yang diisi oleh guru kelas. Hasil tersebut menunjukkan bahwa siswa-siswi yang mengikuti terapi bermain regulasi diri mengalami penurunan tingkat perilaku mengganggu mereka selama di kelas. Uji Wilcoxon menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada skor pretest dan posttest SDSIT pada kelompok eksperimen ($Z = -2.21, p = .03$).

Pada kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan apapun, rata-rata skor pretest SDSIT lebih rendah dibandingkan dengan skor posttest. Hasil uji wilcoxon menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara skor pre test dan post test SDSIT yang diisi oleh guru kelas ($Z = -.14, p = .89$).

Berdasarkan dari kedua tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa kelompok eksperimen yang mengikuti terapi bermain regulasi diri mengalami penurunan tingkat perilaku mengganggu baik menurut siswa maupun guru. Sedangkan, kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan yang signifikan..

Berdasarkan pada grafik di gambar 3 dapat dilihat bahwa terdapat perbedaan skor pre test dan post test pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Skor SDSIT pada grafik 3 menunjukkan perubahan yang cukup signifikan antara pre test dan post test pada kelompok eksperimen. Sedangkan Skor SDSIT pada kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan yang signifikan.



Gambar 3. Skor Perilaku Mengganggu berdasarkan SDSIT menurut kelompok eksperimen dan kontrol

Perbedaan antara kelompok eksperimen dan kontrol dapat dianalisis menggunakan uji mann whitney. Uji mann whitney dilakukan terhadap 12 subjek yang terbagi menjadi 6 subjek dalam kelompok eksperimen dan 6 subjek dalam kelompok kontrol. Uji ini dilakukan dua kali, yaitu untuk skor SDSIT. Uji mann whitney membuktikan adanya perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kontrol berdasarkan skor SDSIT ($Z=-2.89$, $p=.00$). Hal ini membuktikan bahwa subjek yang mengikuti terapi bermain regulasi diri mengalami penurunan yang signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak mengikuti terapi bermain regulasi diri.

Hasil dari penelitian ini bisa dijelaskan lebih lanjut melalui deskripsi perubahan berikut. Sebelum mengikuti terapi bermain regulasi diri, berdasarkan skala SDSIT semua subjek eksperimen berada pada kategori yang sedang. Pada aspek otoritas terhadap guru semua subjek tergolong dalam kategori rendah. Sedangkan pada aspek gangguan pelanggaran lima subjek tergolong dalam kategori rendah dan seorang subjek perempuan (C) tergolong rendah. Sebaliknya pada kategori agresi terhadap

teman, lima subjek tergolong sedang dan satu orang subjek laki-laki (V) tergolong tinggi.

Hasil dari skala tersebut didukung oleh hasil observasi di kelas dimana semua subjek baik kelompok kontrol maupun kelompok eksperimen menunjukkan perilaku mengganggu di kelas. Selain hasil observasi, teman-teman serta guru dari subjek juga memberikan pernyataan yang sejalan dengan hasil skala dan observasi. Perilaku yang paling sering muncul pada subjek ialah agresi verbal dan fisik terhadap teman serta berjalan-jalan di kelas saat pelajaran, gaduh dan tidak mau mengerjakan tugas yang diberikan.

Pelaksanaan terapi bermain regulasi diri ini berlangsung dalam sembilan sesi. Seluruh subjek mengenali alasan berperilaku mengganggu dan mengevaluasi dirinya masing-masing. Kemudian subjek mengenal macam-macam perilaku mengganggu dan membahas akibat dari perilaku tersebut baik untuk dirinya maupun orang lain. Hasil tersebut diinternalisasi sebagai standar perilaku yang tidak boleh dilakukan. Begitu juga dengan hal baik, mereka menginternalisasi standar perilaku baik, tertib dan patuh untuk diikuti. Subjek mempelajari cara untuk fokus, mengambil keputusan dan strategi ketika berhadapan dengan hal yang baru atau tidak sesuai dengan harapannya. Subjek dapat mengatasi konflik yang terjadi dalam kelompok dan memikirkan cara untuk menyelesaikan masalah tanpa menggunakan agresi baik verbal maupun fisik. Selama pelaksanaan terapi ini, subjek mengikuti aturan yang disepakati bersama. Jumlah pelanggaran pada tiap sesinya semakin berkurang, bahkan pada sesi akhir ada beberapa subjek yang dapat mengikuti seluruh aturan tanpa melanggar.

Setelah mengikuti terapi bermain ini sampai selesai, semua subjek mengalami penurunan perilaku mengganggu menjadi lebih tertib dan patuh. Skor SDSIT semua subjek turun menjadi kategori rendah. Semua aspek dalam perilaku mengganggu berubah menjadi rendah. Bahkan V yang awalnya tergolong tinggi dalam agresi terhadap teman berubah menjadi sedang. Selama kegiatan ia mengikuti semua sesi dengan baik, meski sempat tidak mau berjanji karena takut tidak dapat menepatinya, ia akhirnya mau berjanji dan menepati apa yang sudah dijanjikannya. V benar-benar memegang janjinya. Perubahan keseluruhan subjek tidak hanya dilihat dari skor

SDSIT saja melainkan didukung dengan wawancara terhadap guru, teman subjek dan subjek.

Terapi bermain regulasi diri ini memberikan pengaruh terhadap semua aspek perilaku mengganggu pada anak. Aspek yang paling banyak terpenaruh dan mengalami ialah aspek agresi terhadap teman sebanyak 47% diikuti oleh aspek gangguan pelanggaran sebesar 40%. Aspek agresi terhadap otoritas sekolah hanya terpengaruh sebesar 13%. Hasil dari terapi ini juga memberikan pengaruh yang berbeda antar jenis kelamin. Perubahan pada laki-laki (53%) lebih banyak dibandingkan dengan perempuan (47%).

Sebaliknya pada kelompok kontrol tidak terlihat perubahan yang signifikan. Beberapa subjek pada kelompok kontrol bahkan tertangkap basah merokok di kamar mandi. Selain itu subjek kelompok kontrol juga tetap tidak mau mengerjakan tugas serta melakukan agresi fisik dan verbal kepada temannya. Teman-temannya menyatakan bahwa sebagian dari anggota kelompok kontrol semakin sering melakukan perilaku mengganggu.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk menurunkan perilaku mengganggu siswa di sekolah dengan meningkatkan kemampuan untuk meregulasi dirinya melalui terapi bermain. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan antara pre test dan post test perilaku mengganggu pada siswa yang mengikuti terapi bermain regulasi diri baik menurut siswa dan guru. Perubahan ini terlihat dari perubahan hasil skor SDSIT, wawancara dengan guru, subjek yang mengikuti terapi bermain regulasi diri dan teman-teman di kelas. Hal ini membuktikan bahwa dengan terapi bermain regulasi diri, perilaku mengganggu dapat diturunkan.

Banyak penanganan terhadap perilaku mengganggu untuk anak sampai usia 12 tahun yang telah dilakukan. Contoh dari penanganan yang digunakan ialah terapi perilaku yang hanya berfokus pada pengaturan perilaku, terapi berfokus pada klien yang hanya berfokus pada perasaan dan persepsi seseorang, dan terapi bermain yang mengajak anak untuk mengkomunikasikan pengalamannya dan perasaannya melalui permainan (Kiminski, 2017). Masing-masing penanganan atau intervensi yang diberikan hanya berfokus pada satu hal saja. Perilaku mengganggu sendiri dapat

disebabkan oleh banyak hal, salah satunya adalah ketidak mampuan seseorang untuk meregulasi dirinya sendiri. Regulasi diri sendiri terbagi menjadi tiga bagian yaitu regulasi emosi, kognitif dan perilaku (Ludwig, Haindl, Laufs, & Rauch, 2016). Ketiga bagian tersebut merupakan dasar dari penyusunan terapi bermain regulasi diri ini.

Bermain sangat penting untuk pengembangan karena berkontribusi pada kesejahteraan kognitif, fisik, sosial, dan emosional anak-anak dan remaja, dimana anak menjadi lebih cerdas, mampu memahami emosi orang lain, meningkatkan kasih sayang, beradaptasi dengan keadaan yang selalu berubah, membuat pilihan, serta rasa moralitas (Goldstein, 2012). Menggabungkan teori regulasi diri dalam permainan menjadikan permainan tersebut menjadi salah satu metode intervensi yang mampu meningkatkan kemampuan anak merugulasi diri sehingga perilaku mengganggu dapat berkurang.

Permainan memiliki aturan yang memungkinkan anak-anak untuk bermain dan mempertimbangkan posisi orang lain. Anak-anak juga mulai mengamati apakah anak-anak lain mengikuti aturan, yaitu mereka mulai mengatur orang lain yang merupakan langkah penting dalam pengembangan regulasi diri. Dengan menerima dan mengikuti aturan, anak-anak mulai memahami bahwa aturan diperlukan untuk menjaga hubungan positif dengan orang lain. Bermain juga merupakan konteks penting untuk pengembangan tindakan yang memiliki efek tertentu karena ia membutuhkan kombinasi unik dari kebebasan dan kendala kehendak. Anak-anak bebas memilih permainan dan membuat aturannya sendiri. Namun, mereka terkendala oleh keharusan untuk mengikuti aturan yang mereka buat sendiri (Savina, 2014). Hal tersebut merupakan hal-hal yang termasuk dalam proses regulasi diri.

Subjek yang mengikuti terapi bermain regulasi diri mempelajari banyak hal berkaitan dengan proses regulasi diri. Aturan yang dibuat membuat semua subjek dalam menahan diri dan mencoba mengikuti aturan yang sudah disepakati maupun aturan permainan. Subjek juga memperhatikan temannya dan menegur ketika ada hal-hal yang tidak sesuai. Selama kegiatan terapi berlangsung, semua subjek mengalami peningkatan dalam kemampuan mereka untuk mengikuti aturan. Saat salah satu subjek melanggar aturan seperti berbicara kotor, marah dan memukul

temannya, subjek yang lain akan langsung menegurnya. Pada sesi-sesi akhir, ketika subjek melanggar aturan, mereka sudah bisa mengoreksi dirinya sendiri.

Permainan edukatif menyediakan sarana yang menyenangkan dan eksploratif untuk belajar pada anak-anak sesuai untuk tingkat kognitif siswa sekolah dasar. Selain itu, game edukatif dapat diimplementasikan baik di dalam maupun di luar kelas (Mostowfi et al., 2016). Permainan yang digunakan dalam terapi ini merupakan permainan yang edukatif dan disesuaikan dengan tingkat kognitif siswa Sekolah Dasar. Oleh karena itu aturan dan pelaksanaan terapi bermain regulasi diri ini dapat dipahami, terasa menyenangkan dan dapat mengajak subjek untuk belajar.

Pada sesi-sesi yang menonjolkan kemampuan kognitif, subjek yang memperhatikan lebih cepat memahami dan menyerap pelajaran yang diajarkan dalam masing-masing sesi. Namun, secara keseluruhan semua subjek mampu memahami pelajaran dan tujuan yang ada dalam masing-masing sesi meski dengan kecepatan yang berbeda. Hal ini dikarenakan masing-masing sesi permainan disusun sesuai dengan kemampuan kognitif siswa sekolah dasar usia 11 hingga 12 tahun. Selain itu subjek dalam penelitian ini juga memenuhi kriteria yang sudah ditetapkan di awal.

Penelitian ini mengembangkan terapi bermain yang dilakukan secara berkelompok. Permainan kelompok merupakan salah satu jenis kegiatan di mana aturan tidak begitu sakral, dan anak-anak dapat mengetahui sendiri apa yang terjadi ketika mereka gagal, untuk mengikuti aturan permainan (Mostowfi et al., 2016). Dengan bermain secara kelompok, subjek dapat mempelajari mengenai apa akibatnya jika mereka tidak mengikuti aturan yang telah dibuat atau disepakati. Hal tersebut membuat subjek memikirkan akibat dari perbuatannya sehingga subjek belajar mengontrol perilaku dan emosinya.

Permainan yang umum digunakan dalam terapi bermain ialah permainan papan. Terapi papan bergantung pada interaksi interpersonal antar pemain. Permainan papan biasanya mencakup kebutuhan terhadap tingkat organisasi, menunggu giliran, kesabaran, peraturan, cara untuk menang dan kalah, dan konsep mengenai keadilan (Stone, 2016). Hal-hal tersebut merupakan hal yang termasuk dalam kemampuan regulasi diri. Dengan mengikuti sertakan permainan ini dan menggabungkannya dengan misi untuk melakukan *roleplay* berkaitan dengan

aspek-aspek perilaku mengganggu dalam sesi, maka subjek dilatih untuk menerapkan kemampuan meregulasi diri juga mengurangi perilaku disruptifnya.

Pengembangan terapi bermain ini menggunakan beberapa permainan selain permainan papan untuk meningkatkan kemampuan mereka dalam meregulasi diri. Permainan yang digunakan di antara lain adalah kartu, uno stacko, dan *dodgeball*. Tidak hanya permainan, terapi ini juga mengajak subjek untuk mengevaluasi dan menghargai dirinya yang sudah berusaha meregulasi dirinya. Setiap permainan memiliki peran penting dalam meningkatkan kemampuan meregulasi diri.

Sebelum memulai permainan pada sesi awal subjek diajak untuk melakukan self evaluasi dengan mendiskusikan kasus anak dengan perilaku mengganggu. Pada sesi ini subjek mampu memantau dan menilai dirinya serta mengambil keputusan yang merupakan bagian dari regulasi kognitif. Selain itu permainan kartu ini juga mengajarkan regulasi perilaku yang mengacu pada kemampuan pengendalian diri yang merupakan kemampuan untuk menginternalisasi aturan dan standar (Murray et al., 2015). Hal tersebut dapat membantu subjek menilai dan menyadari bahwa perilaku tersebut merupakan perilaku mengganggu sehingga sesi ini cocok sebagai pengantar sebelum melakukan permainan.

Pada permainan kartu pada sesi dua dan tiga, selain mengikuti aturan subjek juga mengenal macam-macam perilaku mengganggu yang tidak boleh dilakukan dan perilaku baik yang seharusnya dilakukan di kelas sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol perilaku disruptif. Hal tersebut termasuk bagian dari regulasi kognitif, dimana subjek diajarkan untuk memusatkan perhatian, memberikan penilaian, mengambil perspektif dan juga fungsi eksekutifnya (Murray et al., 2015).

Pada permainan uno stacko, tidak hanya mengikuti aturan subjek diajarkan mengenai kemampuan berpikir mengenai sebab akibat dan mengontrol emosi. Sesi ini mengajarkan subjek untuk mengambil keputusan dengan memikirkan akibat dari keputusan yang diambil, selain itu subjek juga belajar untuk mengontrol emosinya ketika sesuatu tidak berjalan sesuai dengan keinginannya (Murray et al., 2015). Hal tersebut merupakan bagian dari regulasi diri.

Pada permainan *dodgeball* subjek juga harus mengikuti aturan yang ada, selain itu subjek diajarkan cara untuk mengontrol perilakunya, terutama perilaku agresif terhadap teman dengan meningkatkan kemampuan untuk bekerjasama,

menyelesaikan konflik serta empati. Kemampuan-kemampuan tersebut merupakan bagian dari regulasi perilaku, emosi dan kognitif yang merupakan bagian dari regulasi diri (Ludwig et al., 2016).

Sesi-sesi terapi bermain ini disusun berdasarkan teori regulasi diri dan terbukti efektif menurunkan perilaku mengganggu di sekolah. Siswa pada kelompok eksperimen mengalami penurunan perilaku mengganggu secara signifikan. Namun, meskipun berkurang beberapa siswa pada kelompok eksperimen masih melakukan beberapa hal berkaitan dengan perilaku mengganggu karena pengaruh dari temannya. Teman merupakan bagian penting dari pengalaman di kelas. Memiliki teman yang sering menentang peraturan sekolah dan mendapat masalah cenderung meningkatkan perilaku mengganggu siswa dari waktu ke waktu, sebaliknya bergaul dengan teman teman yang biasanya mengikuti aturan cenderung mengurangi perilaku mengganggu siswa dari waktu ke waktu. (Shin, 2017). Pada kelompok kontrol beberapa subjek menunjukkan peningkatan perilaku mengganggu di kelas, hal ini dikarenakan adanya ajakan yang tidak dapat ditolak dari teman-temannya yang lain. Oleh karena itu kemampuan untuk meregulasi diri penting untuk membantu anak untuk berpikir dan mengatur perilakunya.

Terapi bermain regulasi diri ini dapat ditingkatkan menjadi lebih efektif bila diterapkan pada seluruh anak dengan perilaku mengganggu di kelas. Diharapkan dengan memberikan pada semua siswa dengan perilaku mengganggu, siswa mampu berubah tanpa mendapat pengaruh dari teman yang berperilaku mengganggu. Penelitian ini masih memiliki keterbatasan dalam pelaksanaannya dimana subjek pelaksanaan penelitian ini hanya siswa di salah satu SDN di Malang.

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Hasil penelitian menunjukkan bahwa model terapi bermain regulasi diri yang disusun oleh peneliti merupakan model yang valid, efektif dan aplikatif untuk diterapkan pada anak dengan perilaku mengganggu di kelas. Penelitian ini membuktikan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara nilai pre test dan post test perilaku mengganggu pada kelompok eksperimen yang diukur dengan SDSIT. Selain itu juga ada perbedaan yang signifikan antar kelompok eksperimen yang mengikuti terapi bermain regulasi diri dengan kelompok kontrol yang tidak mengikuti terapi ini.

Peneliti selanjutnya dapat menerapkan terapi ini pada lebih banyak subjek dari berbagai sekolah dan lokasi untuk melihat keefektifitasan terapi ini pada berbagai sekolah. Pada terapi ini orang tua hanya mendapatkan edukasi mengenai perilaku mengganggu dan apa yang didapat dari terapi. Peneliti selanjutnya juga dapat mengembangkan terapi ini dengan melibatkan orang tua lebih jauh.

Guru kelas dapat menerapkan terapi ini untuk anak didiknya yang memiliki perilaku mengganggu dengan mengikuti pelatihan mengenai pelaksanaan terapi bermain regulasi diri. Selain itu terapi bermain regulasi diri ini dapat dikembangkan sebagai upaya pencegahan untuk anak-anak yang tidak memiliki masalah perilaku mengganggu di sekolah, sebagai salah satu metode untuk membentuk karakter anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Akpan, M. U., Ojinnaka, N. C., & Ekanem, E. (2010). Behavioural problems among schoolchildren in Nigeria. *South African Journal of Psychiatry*, 16(2), 50–55. <https://doi.org/10.4102/sajpsychiatry.v16i2.220>
- Aloe, A. M., Shisler, S. M., Norris, B. D., Nickerson, A. B., & Rinker, T. W. (2014). A multivariate meta-analysis of student misbehavior and teacher burnout. *Educational Research Review*, 12, 30–44. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2014.05.003>
- Alwisol, M. (2012). *Psikologi Kepribadian (Edisi Revisi)* (11th ed.). Malang: UMM Press.
- Bandura, A. (1991). Social cognitive theory of self-regulation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 248–287. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90022-L](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90022-L)
- Bandy, T., & Moore, K. (2010). Assessing self-regulation: A guide for out-of-school time program practitioners. *Washington DC*, (October). <https://doi.org/10.1037/e616952009-001>
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does High Self-Esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness or Healthier Lifestyles?
- Bhagat, V., Haque, M., & Jaalam, K. (2018). Enrich Schematization in Children : Play as The Tool for Cognitive Development. *Journal of Applied Pharmaceutical Science*, 8(7), 128–131. <https://doi.org/10.7324/JAPS.2018.8720>
- Berger, A. (2011). *Self- Regulation Brain, Cognition and development*. (Vol. 1). <https://doi.org/10.1037/12327-000>
- Biber, D. D., & Ellis, R. (2017). The effect of self-compassion on the self-regulation of health behaviors: A systematic review. *Journal of Health Psychology*, 1–12. <https://doi.org/10.1177/1359105317713361>
- Bolstad, O. D., & Johnson, S. M. (1972). Self-Regulation in the Modification of Disruptive Classroom Behavior. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 5(4),

- 443–454.
- Bridgett, D. J., Oddi, K. B., Laake, L. M., Murdock, K. W., & Bachmann, M. N. (2013). Integrating and differentiating aspects of self-regulation: Effortful control, executive functioning, and links to negative affectivity. *Emotion, 13*(1), 47–63. <https://doi.org/10.1037/a0029536>
- Cattanach, A. (2003). *Introduction to Play Therapy*. New York: Brunner-Routledge.
- Dalgıç, G., & Bayhan, G. (2014). Student Misbehavior, Meta Analysis, Classroom Management, 9(2), 101–116. Retrieved from <http://systematicreviewsjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13643-017-0570-z>
- Endler, N. S., & Kocovski, N. L. (2000). Self-Regulation and Distress in Clinical Psychology. In *Handbook of Self-Regulation* (pp. 569–599).
- Gall, M. D., Gall, J. P., & Borg, W. R. (2003). *Educational research (An introduction)*. (Colophon, Ed.), Perason Education, Inc (Seventh Ed). New York.
- Goldstein, J. (2012). *Play in Children's Development, Health and Well-Being*.
- Gundersen, K. K. (2010). Reducing behaviour problems in young people through social competence programmes. *The International Journal of Emotional Education, 2*(2), 48–62.
- Gupta, A., Mongia, M., & Garg, A. (2017). A descriptive study of behavioral problems in schoolgoing children. *Industrial Psychiatry Journal, 26*(1), 91–94. https://doi.org/10.4103/ipj.ipj_39_17
- Heppner, P. P., Wampold, B. E., & Kivlighan, D. M. (2008). *Research Design in Counseling*. Brooks Cole.
- Johnson, M. H., George, P., Armstrong, M. I., Lyman, D. R., Dougherty, R. H., Daniels, A. S., ... Delphin-Rittmon, M. E. (2014). Behavioral Management for Children and Adolescents : Assessing the Evidence. *Pyschiatric Services, 65*(5). <https://doi.org/10.1176/appi.ps.201300253>
- Kaminski, J. W., & Claussen, A. H. (2017). Evidence Base Update for Psychosocial Treatmenst for Disruptive Behaviors in Children. *J Clin Child Adolesc Psychol, 46*(4), 477–499. <https://doi.org/10.1080/15374416.2017.1310044>.Evidence
- Kindermann, T. A. (2016). Peer group influences on students' academic motivation. *Handbook of Social Influence on Social-Emotional, Motivation, and Cognitive Outcomes in School Contexts*, (May). <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Kremer, K. P., Flower, A., Huang, J., & Vaughn, M. G. (2016). Behavior problems and children's academic achievement: A test of growth-curve models with gender and racial differences. *Child Y Outh Serv Rev, (67)*, 95–041. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2015.08.015>.Chronic
- Landreth, G. L. (2001). *Innovations in Play Therapy: Issues Process, and Special Populations*. Philadelphia: Brounner-Routledge.
- Latipun. (2011). *Psikologi eksperimen*. UPT Penerbitan Universitas Muhammadiyah Malang.
- Ludwig, K., Haindl, A., Laufs, R., & Rauch, W. A. (2016). Self-Regulation in Preschool Children ' s Everyday Life : Exploring Day-to-Day Variability and the Within- and Between-Person Structure. *Journal of Self Regulation and Regulation, 2*. <https://doi.org/10.11588/josar.2016.2.34357>

- Maclean-blevins, A. O. (2013). Class DoJo: Supporting the art of student self-regulation. *Rising Tide*, 6.
- Mostowfi, S., Koleini, N., & Khorramar, M. (2016). Designing Playful Learning by Using Educational Board Game for Children In The Age Range of 7-12: (A Case Study: Recycling and Waste Separation Education Board Game). *International Journal of Environmental & Science Education*, 11(12), 5453–5476.
- Murray, D. W., Rosanbalm, K., Christopoulps, C., & Hamoudi, A. (2015). *Self-Regulation and Toxic Stress: Foundations for Understanding Self-Regulation from an Applied Developmental Perspective*.
- Novak, S. P., & Clayton, R. R. (2001). The Influence of School Environment and Self-Regulation on Transitions Between Stages of Cigarette Smoking: A Multilevel Analysis, 20(3), 196–207. <https://doi.org/10.1037//0278-6133.20.3.196>
- Oyeka, I. C. A., & Ebu, G. U. (2012). Modified Wilcoxon signed-rank test. *Open Journal of Statistics*, 2(2), 172. <https://doi.org/10.4236/ojs.2012.22019>
- Palys, T. (2008). Purposive sampling. *The Sage Encyclopedia of Qualitative Research Methods*, 2(1), 697–698.
- Pandey, A., Hale, D., Goddings, A.-L., Blakemore, S.-J., & Viner, R. (2017). Systematic review of effectiveness of universal self-regulation-based interventions and their effects on distal health and social outcomes in children and adolescents: review protocol. *Systematic Reviews*, 6(1), 175. <https://doi.org/10.1186/s13643-017-0570-z>
- Savina, E. (2014). Does play promote self-regulation in children? *Early Child Development and Care*, 184(11), 1692–1705. <https://doi.org/10.1080/03004430.2013.875541>
- Shin, H., & Ryan, A. M. (2017). Friend Influence on Early Adolescent Disruptive Behavior in the Classroom: Teacher Emotional Support Matters. *Developmental Psychology*, 53(11), 114–125. <https://doi.org/10.1037/dev0000250>
- Stone, J. (2016). Board Games in Play Therapy. *Handbook of Play Therapy*, 309–323.
- Sugiyono, P. D. (2017). Metode Penelitian dan Pengembangan. *Research and Development/R & D*.
- Tømmerås, T., & Kjøbli, J. (2017). Family Resources and Effects on Child Behavior Problem Interventions: A Cumulative Risk Approach. *Journal of Child and Family Studies*, 26(10), 2936–2947. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0777-6>
- Vaughn, M. T. (2014). Teaching Self-Regulation Skills to Improve Academic Achievement. *International Journal for Cross-Disciplinary Subjects in Education (IJCDSE)*, 5(1), 1618–1625. <https://doi.org/10.20533/ijcdse.2042.6364.2014.0227>
- Veiga, F. H. (2011). School Disruption Scale Inferred by Teachers (SDSIT): Construction and Validation. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 5(1), 469–477.
- Veiga, F. H., & Lisboa, U. De. (2008). Disruptive Behavior Scale Professed by Students (DBS-PS): Development and Validation. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 8(2), 203–216.

- <https://doi.org/10.1037/t48825-000>
- Weis, M., Trommsdorff, G., & Muñoz, L. (2016). Children's self-regulation and school achievement in cultural contexts: The role of maternal restrictive control. *Frontiers in Psychology*, 7,722. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00722>
- Yuan, X., & Che, L. (2012). How to Deal with Student Misbehaviour in the Classroom? *Journal of Educational and Developmental Psychology*, 2(1), 143–150. <https://doi.org/10.5539/jedp.v2n1p143>



**INSTRUMEN VALIDASI MODEL TERAPI BERMAIN REGULASI DIRI
UNTUK MENGURANGI PERILAKU MENGGANGGU**

(*isian ahli akan disesuaikan dengan kepakaran masing-masing validator, ahli yang dimaksud yaitu ahli dalam ilmu Psikologi Klinis dan Ahli dalam bidang Psikologi Anak).

Pengantar

Untuk memperoleh kelayakan Model Terapi Bermain Regulasi Diri untuk Mengurangi Perilaku Mengganggu Anak yang telah peneliti kembangkan, mohon dengan hormat Ibu berkenan untuk memvalidasi model hipotetik yang telah peneliti rancang. Penelitian diharapkan tidak benar atau tidak salah, tetapi berdasarkan kesesuaian desain model secara rinci untuk tiap aspek yang tersedia dalam rancangan model dan panduan yang diajukan.

Diharapkan dari masukan yang diberikan dapat digunakan sebagai dasar untuk meningkatkan kualitas desain, sehingga dapat mencapai tujuan dari penelitian ini yaitu tersusunnya Model Terapi Bermain Regulasi Diri untuk Mengurangi Perilaku Mengganggu. Atas perhatian dan kesediaannya peneliti ucapkan terima kasih.

Malang, 2019

Fatimah Azzahra

Lembar Validasi Model Terapi Bermain Regulasi Diri Untuk Mengurangi Perilaku Mengganggu

Identitas Validator

Nama :

Jabatan Fungsional :

Instansi :

Bidang keahlian :

Pengalaman Riset terkait bidang keahlian:



Petunjuk Pengisian

1. Mohon agar Ibu berkenan memberikan penilaian terhadap model hipotik Terapi Bermain Regulasi Diri untuk Mengurangi Perilaku Mengganggu. Validasi meliputi aspek-aspek yang telah tertera di dalam table indikator.
2. Mohon agar Ibu memberi nilai dengan cara memberikan skor 1 – 5 pada kolom nilai dengan mengacu pada kriteria sebagai berikut:
 - 1 = bila dinilai sangat kurang
 - 2 = bila dinilai kurang
 - 3 = bila dinilai cukup baik
 - 4 = bila dinilai baik
 - 5 = bila dinilai sangat baik
3. Apabila ada saran-saran yang ingin bapak berikan, mohon langsung dituliskan pada lembar saran yang telah disediakan.

1. Pendahuluan

No	Aspek Penilaian	Skor
1.1	Latar belakang telah sesuai untuk menggambarkan alasan pentingnya model ini disusun.	
1.2	Tujuan dan manfaat disusunnya pedoman ini telah sesuai dengan latar belakang	

2. Teori Pendukung Model Terapi Bermain Regulasi Diri untuk Mengurangi Perilaku Mengganggu

No	Aspek Penilaian	Skor
2.1	Dasar teori yang digunakan sesuai dengan model terapi bermain regulasi diri untuk mengurangi perilaku mengganggu	
2.2	Konsep-konsep teoritis tentang <i>terapi bermain</i> sudah sesuai untuk menjadi dasar penyusunan pedoman.	
2.3	Teori-teori pendukung lainnya telah memadai dan dapat menjadi dasar bagi model terapi bermain regulasi diri untuk mengurangi perilaku mengganggu	

3. Ruang Lingkup Model Terapi Bermain Regulasi Diri untuk Mengurangi Perilaku Mengganggu

No	Aspek Penilaian	Skor
3.1	Pendekatan yang digunakan relevan dengan model terapi bermain regulasi diri untuk mengurangi perilaku mengganggu	
3.2	Tujuan dan sasaran terapi telah sesuai dengan model terapi yang dikembangkan.	
3.3	Penjelasan tentang kriteria klien relevan dengan model terapi bermain regulasi diri untuk mengurangi perilaku mengganggu	
3.4	Teknik terapi yang digunakan relevan dengan teori.	
3.5	Tahapan terapi dan pola kegiatan terapi telah sesuai dengan model terapi yang dikembangkan.	

3.6	Langkah-langkah pelaksanaan terapi telah relevan dengan teori yang digunakan.	
3.7	Jangka waktu terapi memadai bagi penerapan model terapi bermain regulasi diri untuk mengurangi perilaku mengganggu	

4. Prosedur Model Terapi Bermain Regulasi Diri untuk Mengurangi Perilaku Mengganggu

No	Aspek Penilaian	Skor
4.1	Strategi dan teknik terapi telah dirumuskan relevan dengan teori yang digunakan.	
4.2	Strategi dan teknik terapi dapat diaplikasikan oleh terapis dalam mencapai tujuan dan target terapi.	
4.3	Tahap-tahap model terapi bermain regulasi diri untuk mengurangi perilaku mengganggu dapat digunakan sebagai sebuah prosedur untuk mencapai target terapi	
4.4	Deskripsi setiap sesi model terapi bermain regulasi diri untuk mengurangi perilaku mengganggu dapat diaplikasikan oleh terapis dalam membantu klien.	

Komentar/ Saran/ Perbaikan untuk Model (*wajib diisi*)

Malang, 2019
Validator,

Lampiran 2. Skor Valdisai Ahli

No	Ibu Nirma	Ibu Amel	Rata-rata
1.1	4	5	4.5
1.2	3	4	3.5
2.1	4	3	3.5
2.2	4	3	3.5
2.3	4	3	3.5
3.1	4	4	4
3.2	4	4	4
3.3	4	4	4
3.4	4	3	3.5
3.5	4	3	3.5
3.6	4	3	3.5
3.7	4	3	3.5
4.1	4	3	3.5
4.2	4	3	3.5
4.3	4	3	3.5
4.4	4	4	4
Rata-rata	3.9375	3.4375	3.6875



Lampiran 3. Skala SDSIT



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG DIREKTORAT PROGRAM PASCASARJANA

Kampus 3 : GKB 4 Lantai 1 - 3 Jl. Raya Tlogomas No. 246 Malang
Telp. +62341-464318 ext. 318, 319 email : pascasarjana@umm.ac.id

Saya Fatimah Azzahra adalah mahasiswa Magister Profesi Psikologi angkatan 2017 yang sedang melakukan penelitian. Dengan rasa hormat saya mohon bantuan Bapak/Ibu untuk mengisi skala yang saya sediakan. Penyebaran skala ini bertujuan untuk memenuhi data tesis. Perlu saya sampaikan bahwa data yang didapatkan akan digunakan untuk keperluan akademis/keilmuan. Maka dari itu, kelengkapan dalam pengisian skala ini sangat saya harapkan dan kerahasiaan dari data yang diberikan akan terjaga dengan baik.

Terima kasih atas kesediaan serta kerjasama Bapak/Ibu dalam meluangkan waktu mengisi lembar skala penelitian ini. Semoga partisipasi Bapak/Ibu bermanfaat untuk pengembangan pengetahuan khususnya dalam bidang psikologi.

Hormat saya,

Peneliti



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

DIREKTORAT PROGRAM PASCASARJANA

Kampus 3 : GKB 4 Lantai 1 - 3 Jl. Raya Tlogomas No. 246 Malang
Telp. +62341-464318 ext. 318, 319 email : pascasarjana@umm.ac.id

IDENTITAS

Nama Guru :

Nama Murid :

Usia Murid :

Jenis Kelamin Murid :

Kelas Murid :

Kuisisioner ini terkait dengan perilaku siswa Anda. Jawablah dengan mempertimbangkan apa yang terjadi dalam pelajaran Anda. Jawabannya berkisar dari sama sekali tidak setuju hingga sepenuhnya setuju, tergantung pada tingkat persetujuan dengan setiap pernyataan. mohon mengisi dengan sejujurnya

PETUNJUK

1. Dalam skala ini terdapat 16 pernyataan yang harus Bapak/Ibu jawab.
2. Lingkari kolom pilihan jawaban 1 sampai 6 yang telah disediakan,
 - 1 = Sama sekali / sepenuhnya tidak setuju
 - 2 = Tidak setuju
 - 3 = Ragu-ragu mungkin tidak setuju
 - 4 = Ragu-ragu mungkin setuju
 - 5 = Setuju
 - 6 = Sepenuhnya setuju
3. Pilih jawaban yang sesuai dan jawab dengan sejujur-jujurnya.
4. Pastikan bahwa Anda menjawab seluruh pernyataan tanpa ada yang terlewatkan.

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban					
		1	2	3	4	5	6
1	Siswa merusak fasilitas yang ada di sekolah	1	2	3	4	5	6
2	Siswa menyerang teman sekolahnya secara fisik (seperti, memukul, mencubit, dll)	1	2	3	4	5	6
3	Siswa patuh terhadap guru	1	2	3	4	5	6
4	Siswa berbicara tanpa izin dan mengganggu kelas, saat pelajaran berlangsung	1	2	3	4	5	6
5	Siswa menyerang guru secara fisik (seperti memukul)	1	2	3	4	5	6
6	Siswa berkata kasar / kotor dalam kelas	1	2	3	4	5	6
7	Siswa merokok di wilayah sekolah	1	2	3	4	5	6
8	Siswa meninggalkan tempatnya, membuat gaduh, serta mengganggu jalannya pelajaran	1	2	3	4	5	6
9	Siswa lupa membawa buku, alat tulis atau perlengkapan lainnya ke sekolah	1	2	3	4	5	6
10	Siswa mencuri / mengambil barang tanpa izin dalam lingkungan sekolah	1	2	3	4	5	6
11	Siswa menyerang guru secara verbal (seperti, membantah, melawan, beradu argumen, dll)	1	2	3	4	5	6
12	Siswa masuk kelas tepat waktu	1	2	3	4	5	6
13	Siswa tidak masuk kelas karena tidak berminat saat pelajaran tertentu	1	2	3	4	5	6
14	Siswa tidak memperhatikan pelajaran di kelas	1	2	3	4	5	6
15	Siswa menyerang temannya secara verbal (seperti, mengejek, mengolok-olok, mencemooh, dll)	1	2	3	4	5	6
16	Siswa mengancam teman-temannya di sekolah	1	2	3	4	5	6

- TERIMA KASIH -

Lampiran 4. Skala Evaluasi Klien Terhadap Terapi

INSTRUMEN EVALUASI FORMATIF PENILAIAN KLIEN TERHADAP PROSEDUR MODEL TERAPI BERMAIN REGULASI DIRI UNTUK MENGURANGI PERILAKU MENGGANGGU

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

Pendamping :

Petunjuk pengisian:

1. Bacalah setiap pertanyaan dengan seksama
2. Silang yang sesuai dengan pendapat kamu
3. Penilaian dengan ketentuan sebagai berikut:
 - a. Beri tanda X pada kolom **tidak baik** apabila pelaksanaan kegiatan terapi tidak efektif dan tidak memberikan hasil.
 - b. Beri tanda X pada kolom **kurang baik** apabila pelaksanaan kegiatan terapi masih belum mudah, sehingga prosesnya belum efektif dan memberikan hasil yang kurang baik.
 - c. Beri tanda X pada kolom **baik** apabila pelaksanaan kegiatan terapi dirasa mudah dipahami, tidak berbelit-belit tetapi masih perlu diefektifkan, dan memberikan hasil yang baik.
 - d. Beri tanda X pada kolom **sangat baik** apabila pelaksanaan kegiatan terapi dirasa mudah dipahami dan efektif serta dan memberikan hasil yang sangat baik.
4. Semua pendapatmu akan dijaga kerahasiaannya.

**INSTRUMEN EVALUASI FORMATIF PENILAIAN KLIEN TERHADAP
PROSEDUR MODEL TERAPI BERMAIN REGULASI DIRI UNTUK
MENGURANGI PERILAKU MENGGANGGU**

Bagaimana pendapatmu mengenai perihal berikut:

No	Perihal	Sangat Baik	Baik	Kurang Baik	Tidak Baik
1	Bagaimana perasaan kamu saat mengikuti kegiatan terapi?				
2	Bagaimana pendapat kamu mengenai peraturan pada kegiatan ini?				
3	Bagaimana perhatian yang diberikan terapis (Fatimah) pada kamu?				
4	Bagaimana pendapat kamu terhadap proses pelaksanaan kegiatan terapi ini?				
5	Bagaimana menurut kamu tentang waktu yang digunakan untuk melakukan kegiatan? (berapa lama dan ketepatan waktu)				
6	Bagaimana menurut kamu tentang kesesuaian kegiatan terapi terhadap masalah perilaku mengganggu di kelas?				
7	Bagaimana pendapat kamu tentang pemahaman yang dimiliki terapis (Fatimah) ?				
8	Bagaimana pendapat kamu mengenai hasil dari kegiatan terapi ini?				
9	Bagaimana pendapat kamu mengenai cara penyampaian dari terapis (Fatimah)?				
10	Bagaimana menurut kamu tentang manfaat kegiatan terapi ini?				

Kritik dan saran terkait pelaksanaan terapi

Malang, November 2019
Klien,

Lampiran 5. Hasil Skor SDSIT dan Evaluasi Klien *Try Out*

	Siswa	JK	Usia	Kls	No 1	No 2	No 3	No 4	No 5	No 6	No 7	No 8	No 9	No 10	No 11	No 12	No 13	No 14	No 15	No 16	Tota 1	Kategori	Gangguan Pelanggaran	Kategori	Agresi Terhadap Teman	Kategori	Agresi terhadap Otoritas Sekolah	Kategori
Pretest	L	L	11	5	5	4	2	5	1	4	1	3	5	2	1	5	2	2	5	4	51	Sedang	22	Sedang	20	Sedang	9	rendah
	P	L	11	5	4	4	3	4	1	5	1	5	4	3	4	3	1	3	3	1	49	Sedang	20	Sedang	15	Sedang	14	Sedang
	G	L	11	5	2	4	5	1	3	3	3	5	2	4	1	4	2	6	4	3	52	Sedang	20	Sedang	18	Sedang	14	Sedang
	N	L	11	5	2	3	5	5	1	4	1	3	4	1	1	2	3	3	4	2	44	Sedang	20	Sedang	16	Sedang	8	Rendah
	D	L	11	5	1	4	4	5	1	5	1	3	4	3	1	3	2	3	3	2	45	Sedang	20	Sedang	14	Sedang	11	Rendah
	Z	P	11	5	3	2	3	6	1	3	1	3	3	1	1	5	2	3	4	4	45	Sedang	22	Sedang	16	Sedang	7	Rendah
Posttest	L	L	11	5	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	5	2	2	2	2	31	rendah	15	rendah	9	rendah	7	Rendah
	P	L	11	5	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	5	1	1	2	1	28	rendah	13	rendah	9	Rendah	6	Rendah
	G	L	11	5	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	1	2	25	rendah	10	rendah	8	rendah	7	Rendah
	N	L	11	5	1	2	4	3	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	28	rendah	13	rendah	9	rendah	6	Rendah
	D	L	11	5	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	26	rendah	12	rendah	8	Rendah	6	Rendah
	Z	P	11	5	2	2	2	3	1	1	1	3	2	1	1	5	2	2	2	2	32	rendah	17	Sedang	10	rendah	5	Rendah

Evaluasi Klien

Nama	Jenis Kelamin	Usia	Kelas	No1	No2	No3	No4	No5	No6	No7	No8	No9	No10	Total	Rata-rata
G	L	11	5	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	36	3.6
L	L	11	5	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	35	3.5
N	L	11	5	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	35	3.5
P	L	11	5	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	36	3.6
Z	P	11	5	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	37	3.7
D	L	11	5	4	4	4	3	4	3	2	4	2	4	34	3.4
															3.55

Lampiran 6. Hasil SPSS *Try Out*

SDSIT

Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks			
	N	Mean Rank	Sum of Ranks
TO_PostSDSIT - TO_PreSDSIT Negative Ranks	6 ^a	3.50	21.00
Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
Ties	0 ^c		
Total	6		

a. TO_PostSDSIT < TO_PreSDSIT

b. TO_PostSDSIT > TO_PreSDSIT

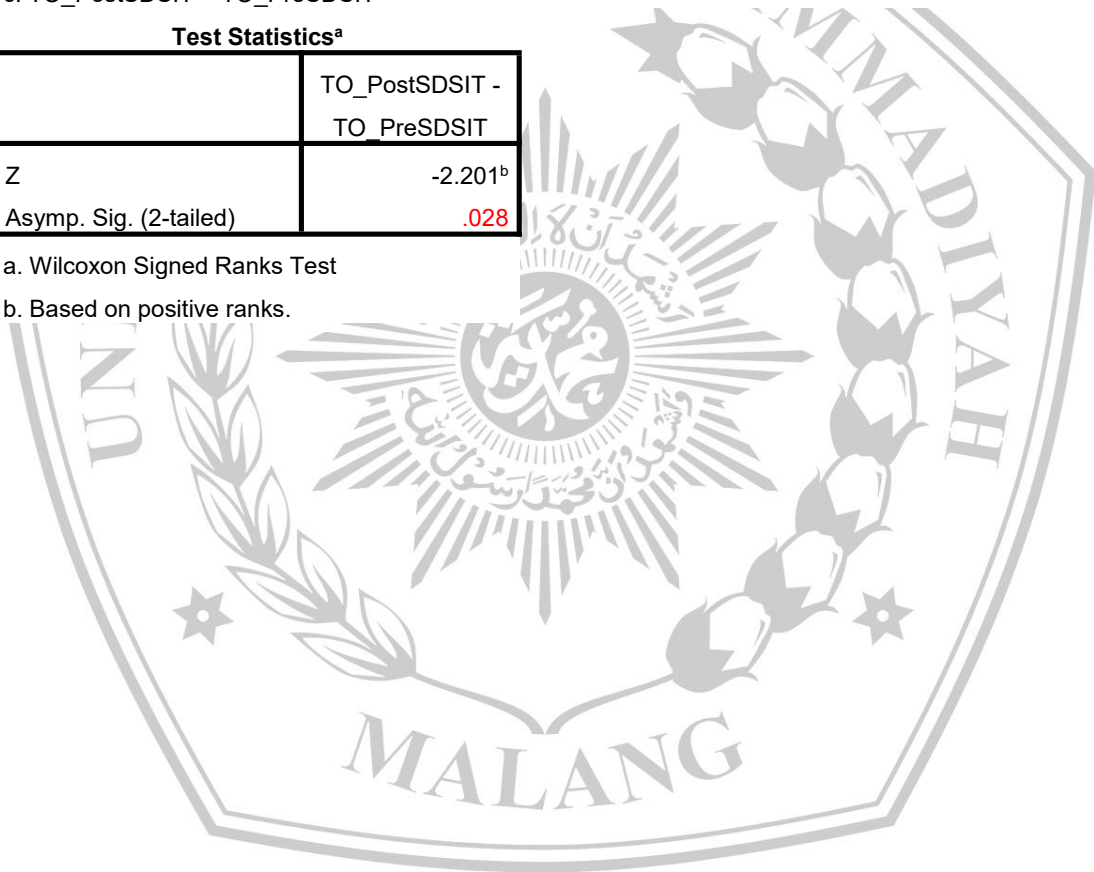
c. TO_PostSDSIT = TO_PreSDSIT

Test Statistics^a

	TO_PostSDSIT - TO_PreSDSIT
Z	-2.201 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.028

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.



Lampiran 7. Hasil Sesi Per Subjek *Try Out*

Subjek 1

Nama : L
Jenis Kelamin : Laki-laki
Kelas : 5
Usia : 11

Hasil Asesmen Perilaku Mengganggu

Hasil dari asesmen menunjukkan bahwa L memiliki masalah perilaku mengganggu dalam kategori sedang. Pada aspek gangguan pelanggaran dan agresi terhadap teman L termasuk kategori sedang, namun rendah pada aspek agresi terhadap otoritas sekolah. Saat di kelas L sering beranjak dari tempat duduknya, banyak berbicara tidak pada waktunya, serta mencorat coret tembok. L sering mengejek dan memukul atau menendang temannya. L juga sering berkata kotor. Saat pelajaran L juga cukup sering lupa membawa buku. L juga terkadang kedapatan sedang mengancam temannya.

Sesi	Tujuan	Hasil
Sesi 1	<ol style="list-style-type: none">1. Klien dan terapis saling mengenal2. Memberikan informasi berkaitan dengan kegiatan3. Menentukan tujuan4. Membentuk kontrak dan aturan kelompok	<ol style="list-style-type: none">1. L mengenalkan diri menggunakan nama samaran yang kemudian disanggah oleh teman-temannya.2. L mendapat informasi berkaitan dengan kegiatan yang akan dilakukan selama beberapa hari kedepan dengan antusias karena bisa terbebas dari pelajaran di kelas.3. L turut berperan aktif dalam membuat aturan dan hukuman yang harus dilakukan meski ada beberapa aturan yang membuat L keberatan dan menyalahkan temannya. Aturan tersebut ialah dilarang berkata kasar dan jahil.
Sesi 2	<ol style="list-style-type: none">1. Mengenalkan jenis dan macam-macam perilaku disruptif sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol perilaku.2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada	<ol style="list-style-type: none">1. L mengenali perilaku-perilaku disruptif yang ada di kartu, serta menceritakan perilaku apa saja yang pernah dilakukan.2. L mengetahui bahwa perilaku yang ada di kartu merupakan perilaku buruk yang membawa dampak buruk dan tidak boleh dilakukan.3. L mampu mengikuti aturan permainan secara baik dan antusias4. L mengikuti aturan kelompok dengan cukup baik, namun klien juga melanggar beberapa aturan kelompok, seperti berkata kasar, dan memukul teman selama sesi ini berlangsung
Sesi 3	<ol style="list-style-type: none">1. Mengenalkan macam-macam perilaku yang seharusnya dilakukan di kelas sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol	<ol style="list-style-type: none">1. L mengenali perilaku-perilaku baik (lawan dari perilaku disruptif) yang harus dilakukan di sekolah,2. L mengetahui dan memahami bahwa perilaku-perilaku tersebut merupakan perilaku baik yang berdampak baik dan harus dilakukan.

	<p>perilaku disruptif.</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>3. L mampu mengikuti aturan permainan secara baik, meski tidak seantusias sesi sebelumnya.</p> <p>4. L mengikuti aturan kelompok dengan baik, namun klien juga melanggar aturan kelompok yaitu jalan-jalan keliling ruangan (keluyuruan) setelah kartunya habis / menang</p>
Sesi 4	<p>1. Berpikir mengenai akibat sebelum melakukan perilaku-perilaku disruptif</p> <p>2. Mengontrol emosi sehingga tidak melakukan perilaku disruptif</p> <p>3. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>1. L mendengarkan penjelasan mengenai aturan dan mampu mengikuti aturan permainan secara baik dan sangat antusias.</p> <p>2. L mengikuti beberapa aturan kelompok, namun ada beberapa aturan yang dilanggar, seperti menyela temannya yang berbicara, berteriak, serta memainkan balok yang sedang disusun oleh temannya</p> <p>3. L belum mampu mengontrol emosinya ketika melihat temannya lama memikirkan balok mana yang harus diambil sehingga membuatnya memberi saran dengan berteriak. Pada permainan kedua L mulai mampu mengontrol emosinya setelah mendapat teguran dari temannya.</p> <p>4. L mampu berpikir dan menyusun strategi untuk mengambil keputusan dan memikirkan akibatnya. L</p> <p>5. L mampu mengaitkan pelajaran yang didapat dari permainan ini dengan perilaku disruptif. L juga memberikan beberapa contoh dan akibatnya.</p> <p>6. L berjanji akan melakukan hal-hal yang sudah disebutkan olehnya maupun teman-temannya yang lain.</p>
Sesi 5	<p>1. Mengontrol perilaku agresi terhadap teman dengan meningkatkan kemampuan untuk bekerjasama, menyelesaikan konflik serta empati.</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>1. L mengikuti aturan permainan dengan baik</p> <p>2. L melanggar beberapa aturan kelompok seperti keluyuran (memanjat pohon yang ada di lapangan) saat permainan belum dimulai dan meminta ganti anggota kelompok (tidak sportif).</p> <p>3. L tidak menyukai hasil pembagian tim yang dilakukan dengan hom pim pa dan memaksa untuk pembagian kelompok ulang. Teman-temannya mengingatkan kembali aturan kelompok yang disepakati yaitu sportif. L menerima kelompoknya dan tetap bermain dan bekerjasama dengan anggotanya. Baik dipertandingan pertama dan kedua.</p> <p>4. Meski kecewa karena tidak berhasil memenangkan kedua permainan, L tidak menyalahkan anggota kelompoknya.</p> <p>5. L mampu mengaitkan pelajaran yang didapat dari permainan ini dengan perilaku disruptif. L juga memberikan beberapa contoh dan akibatnya.</p> <p>6. L berjanji akan melakukan hal-hal yang sudah disebutkan olehnya maupun teman-temannya yang lain.</p>
Sesi 6	<p>1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap teman sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya</p>	<p>1. L mengikuti aturan permainan dengan baik</p> <p>2. L mengikuti aturan kelompok dengan baik. Namun terkadang L mengambil dan membacakan misi yang ada di kartu pada giliran orang lain sehingga membuat teman-temannya marah.</p> <p>3. L mampu mencontohkan solusi untuk misi-misi yang didapat dengan baik. L juga membantu temannya melakukan <i>roleplay</i> misi yang didapat.</p>

	2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada	4. L mampu mengontrol emosi ketika angka yang diinginkan tidak keluar maupun saat dirinya masuk kepenjara. 5. L mengalah ketika temannya merajuk 6. L mampu mengaitkan pelajaran yang didapat dari permainan ini dengan perilaku disruptif. L juga memberikan beberapa contoh dan akibatnya seperti yang ada di kartu misi. 7. L berjanji akan melakukan hal-hal yang sudah disebutkan olehnya maupun teman-temannya yang lain
Sesi 7	1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap otoritas sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada	1. L mengikuti aturan permainan dengan baik 2. L mengikuti aturan kelompok dengan baik. 3. L mampu mencontohkan solusi untuk misi-misi yang didapat dengan baik. L juga membantu temannya melakukan <i>roleplay</i> misi yang didapat. Namun ada satu misi yang tidak dapat dijawab oleh L yaitu cara menegur guru yang salah. 4. L mampu mengontrol emosi ketika angka yang diinginkan tidak keluar maupun saat dirinya masuk kepenjara. 5. L mampu mengaitkan pelajaran yang didapat dari permainan ini dengan perilaku disruptif. L juga memberikan beberapa contoh dan akibatnya seperti yang ada di kartu misi. 6. L berjanji akan melakukan hal-hal yang sudah disebutkan olehnya maupun teman-temannya yang lain
Sesi 8	Klien mengevaluasi dan menghargai perubahan yang ada pada dirinya berkaitan dengan perilaku disruptif.	1. L menceritakan bahwa dalam satu minggu ini ia hanya melakukan sedikit perilaku-perilaku mengganggu yang dipelajari di sesi ke 2. 2. L menceritakan bahwa dirinya mengerjakan hal baik dan menegur temannya yang melakukan hal buruk. 3. L menerima pujian dan motivasi dari peneliti atas apa saja yang sudah dilakukannya dan agar tetap melakukannya
Sesi 9	Mengakhiri proses intervensi	1. L mengungkapkan bahwa ia merasa senang dan banyak belajar selama intervensi ini berlangsung. Ia tidak memiliki masalah yang menggantung. 2. L mengisi lembar evaluasi terapi dan <i>post test</i> 3. L membuat janji bahwa dirinya kan tetap mengontrol perilakunya dan berbuat baik, sehingga saat peneliti kembali untuk <i>follow up</i> perubahannya terlihat. 4. L membaca doa bersama teman-temannya dan terapis.

Hasil Intervensi

Skor SDSIT menurun. Sebelum intervensi skor ang didapat ialah 51, namun setelah intervensi menjadi 31

Subjek 2

Nama : D
Jenis Kelamin : Laki-laki
Kelas : 5
Usia : 11

Hasil Asesmen Perilaku Mengganggu

Hasil dari asesmen menunjukkan bahwa D memiliki masalah perilaku mengganggu dalam kategori sedang. Pada aspek gangguan pelanggaran dan agresi terhadap teman D termasuk kategori sedang, namun rendah pada aspek agresi terhadap otoritas. D sering melakukan agresi fisik pada teman-temannya seperti memukul dan menendang. D juga sering mengejek teman dan berkata kasar. D juga terkadang tidak melakukan apa yang dikatakan oleh gurunya. D sering tidak membawa buku pelajaran dan saat pelajaran ia tidak memperhatikan, berbicara tidak pada waktunya serta berjalan keluar dari bangkunya. D juga didapati mengancam teman-temannya. D kesulitan mengontrol emosinya dan mudah menjadi marah ketika ada hal yang tidak sesuai dengan yang diinginkannya.

Sesi	Tujuan	Hasil
Sesi 1	<ol style="list-style-type: none">1. klien, terapis dan pendamping terapis saling mengenal2. Memberikan informasi berkaitan dengan kegiatan3. Menentukan tujuan4. Membentuk kontrak dan aturan kelompok	<ol style="list-style-type: none">1. D mengenalkan diri dengan nama karakter gamenya. Teman-temannya meralat dan memberi tahu terapis nama asli dan panggilannya.2. D menerima informasi kegiatan dan terlihat antusias karena dapat bermain dan tidak masuk kelas3. D banyak memprotes aturan-aturan yang disebutkan temannya. Namun pada akhirnya ia menyetujui aturan maupun hukuman yang sudah ditetapkan bersama. D juga menambahkan beberapa aturan.
Sesi 2	<ol style="list-style-type: none">1. Mengenalkan jenis dan macam-macam perilaku disruptif sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol perilaku.2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada	<ol style="list-style-type: none">1. D kurang mampu mengontrol perilakunya sehingga banyak melanggar aturan yang sudah ditetapkan dan menerima hukuman. (marah-marah, mengejek, memukul, tidak mendengarkan, jalan-jalan dan menyela)2. D mampu mengikuti aturan permainan dengan baik.3. D mengenali perilaku-perilaku buruk yang ada di kartu dan menceritakan apa saja yang pernah dilakukan dan menertawakan hal-hal yang tidak mungkin dilakukannya seperti memukul guru.4. D mengetahui dan memahami akibat dari perilaku-perilaku tersebut sehingga harus menjauhi perilaku tersebut.
Sesi 3	<ol style="list-style-type: none">1. Mengenalkan macam-macam perilaku yang seharusnya dilakukan di kelas sehingga dapat diinternalisasi dan	<ol style="list-style-type: none">1. D protes dan meminta peneliti untuk mengganti permainan yang berbeda2. D melanggar beberapa aturan kelompok yang sudah disepakati. D menyela peneliti yang sedang berbicara tanpa mengangkat tangan. D memarahi dan

	<p>digunakan untuk mengontrol perilaku disruptif.</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>mengambil alih tugas AL untuk mengocok dan membagikan kartu. D juga berjalan-jalan dan mengganggu temannya saat ia sudah menang. D juga tidur-tiduran disamping temannya yang sedang bermain.</p> <p>3. D mengikuti aturan permainan dengan baik, tanpa curang</p> <p>4. D mengenali perilaku baik yang ada di kartu, dan menceritakan pengalaman yang berkaitan dengan kartu. D beberapa kali mencontohkan perilaku tersebut.</p> <p>5. D memahami bahwa perilaku yang ada di kartu merupakan perilaku yang berlawanan pada sesi sebelumnya dan akan membawa efek positif (disukai orang lain).</p>
Sesi 4	<p>1. Berpikir mengenai akibat sebelum melakukan perilaku-perilaku disruptif</p> <p>2. Mengontrol emosi sehingga tidak melakukan perilaku disruptif</p> <p>3. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>1. D mengikuti aturan permainan dengan baik</p> <p>2. D melanggar beberapa aturan kelompok, seperti marah-marah</p> <p>3. D belum bisa mengontrol emosi ketika ditegur (bukan gilirannya untuk menyusun), sehingga menendang balok yang belum tersusun yang ada dihadapannya.</p> <p>4. Dalam bermain D dapat mengontrol emosinya dan memberikan masukan yang baik untuk teman-temannya.</p> <p>5. D mampu mengaitkan manfaat permainan (membuat rencana, mengontrol diri, fokus, memikirkan akibat) pada perilaku mengganggu yang sering dilakukan agar tidak dilakukan lagi.</p> <p>6. D berjanji untuk mencoba menerapkan apa yang dipelajarinya pada kehidupan sehari-harinya.</p>
Sesi 5	<p>1. Mengontrol perilaku agresi terhadap teman dengan meningkatkan kemampuan untuk bekerjasama, menyelesaikan konflik serta empati.</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>1. D mampu mengikuti aturan permainan dengan baik</p> <p>2. D melanggar beberapa aturan kelompok, saat lapangan sedang dipersiapkan, D memanjat pohon yang ada disekitar.</p> <p>3. D mampu bekerjasama dengan anggota kelompok yang berbeda-beda</p> <p>4. D tidak menyalahkan temannya ketika temannya tereliminasi, D mampu menunjukkan empati dan dukungan pada temannya yang masih bertahan di akhir.</p> <p>5. Pada saat terakhir D mampu menyebutkan beberapa pelajaran yang didapat, termasuk hal yang berkaitan dengan perasaan.</p> <p>6. D mampu memberikan contoh berkaitan dengan hal-hal yang sudah disebutkan olehnya maupun teman-temannya.</p> <p>7. D berjanji untuk menerapkan apa yang sudah dipelajari dalam kehidupan sehari-harinya di sekolah.</p>
Sesi 6	<p>1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap teman sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari</p>	<p>1. P menyela D saat menjelaskan aturan permainan karena merasa sudah tau aturan permainan.</p> <p>2. Saat temannya menegur dan memberi tahu bahwa ini adalah permainan baru yang tidak diperjualbelikan D menerima tanpa membantah dan mau mendengarkan arahan dari peneliti.</p> <p>3. D mampu bermain dengan tenang dan mengikuti</p>

	<p>perilaku tersebut serta menemukan solusinya</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>aturan kelompok maupun permainan meski sesekali berteriak karena terlalu bersemangat.</p> <p>4. D mampu mencontohkan perilaku-perilaku yang didapat pada misi</p> <p>5. D mampu menjelaskan perasaan apa yang dirasakan sesuai dengan perilaku yang dicontohkan</p> <p>6. D mampu memberikan contoh berkaitan dengan hal-hal yang sudah disebutkan oleh nya maupun teman-temannya.</p> <p>7. D berjanji untuk menerapkan apa yang sudah dipelajari dalam kehidupan sehari-harinya di sekolah.</p>
Sesi 7	<p>1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap otoritas sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>1. D mengikuti aturan permainan dengan baik.</p> <p>2. D mengikuti aturan kelompok yang sudah disepakati</p> <p>3. D sulit mengontrol emosi (diam dan cemberut) ketika diminta bantuan melakukan <i>roleplay</i> misi temannya, namun temannya yang lain mencoba mengambil alih. D dan temannya kemudian menyelesaikan konflik yang terbentuk dan kembali berbaikan dengan temannya.</p> <p>4. D mampu memberikan contoh (<i>roleplay</i>) pada misi yang diterimanya dengan baik.</p> <p>5. D membantu temannya yang kesulitan membaca.</p> <p>6. D mampu menarik pelajaran dari permainan ini dan berjanji untuk menerapkannya pada kehidupan sehari-harinya.</p>
Sesi 8	Klien mengevaluasi dan menghargai perubahan yang ada pada dirinya berkaitan dengan perilaku disruptif.	<p>1. D menceritakan apa saja perilaku yang sudah di jauhi olehnya / berkurang.</p> <p>2. D menilai dengan memberikan penghargaan pada diri sendiri dengan mengatakan bahwa ia sudah melakukan hal yang baik dan membuat orang senang.</p> <p>3. D mendapat motivasi dan dorongan dari peneliti untuk tetap melanjutkan apa yang sudah dilakukan.</p>
Sesi 9	Mengakhiri proses intervensi	<p>1. D mengungkapkan bahwa ia merasa senang karena bisa bermain dan mendapat pelajaran selama intervensi ini berlangsung. Ia tidak memiliki masalah yang menggantung.</p> <p>2. D mengisi lembar evaluasi terapi dan <i>post test</i> tanpa mengeluh</p> <p>3. D berjanji bahwa dirinya akan tetap mengontrol perilakunya dan berbuat baik, sehingga saat peneliti kembali untuk <i>follow up</i> perubahannya terlihat.</p> <p>4. D membaca doa bersama teman-temannya dan terapis.</p>

Hasil Intervensi

Skor SDSIT menurun. Sebelum intervensi skor D ialah 45, namun setelah intervensi menjadi 26

Subjek 3

Nama : P
Jenis Kelamin : Laki-laki
Kelas : 5
Usia : 11

Hasil Asesmen Perilaku Mengganggu

Hasil dari asesmen menunjukkan bahwa P memiliki masalah perilaku mengganggu dalam kategori sedang. Pada aspek gangguan pelanggaran dan agresi terhadap teman P termasuk kategori sedang, namun rendah pada aspek agresi terhadap otoritas. P terkadang mencorat coret tembok atau meja yang ada di sekolah. P sering melakukan agresi fisik pada teman-temannya seperti memukul dan menendang. P juga sering mengejek teman dan berkata kasar engan alasan keceplosan atau tidak sengaja. P juga sering tidak melakukan apa yang dikatakan oleh gurunya. P sering tidak membawa buku pelajaran atau peralatan sekolah lainnya dan saat pelajaran ia terkadang tidak memperhatikan, berbicara tidak pada waktunya serta berjalan keluar dari bangkunya.

Sesi	Tujuan	Hasil
Sesi 1	1. Terapis dan klien saling mengenal 2. Memberikan informasi berkaitan dengan kegiatan 3. Menentukan tujuan 4. Membentuk kontrak dan aturan kelompok	1. P mengenalkan diri dengan nama sebenarnya. 2. P menerima informasi kegiatan dan terlihat antusias karena dapat bermain di luar kelas 3. P banyak menyebutkan aturan-aturan yang diprotes temannya dan menyetujui keseluruhan aturan dan hukuman di belakang.
Sesi 2	1. Mengenalkan jenis dan macam-macam perilaku disruptif sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol perilaku. 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada	1. P kurang mampu mengontrol perilakunya sehingga banyak melanggar aturan yang sudah ditetapkan dan menerima hukuman. Seperti memukul dan jahil (mengambil tanga temannya maupun tangan peneliti kemudian memukulkan kedirinya agar orang lain mendapat hukuman) 2. P mampu mengikuti aturan permainan dengan baik, meski kesulitan memahami di awal permainan 3. P mengenali perilaku-perilaku buruk yang ada di kartu dan menceritakan apa saja yang pernah dilakukan olehnya maupun teman sekelompoknya beserta dengan akibat yang dirasakan. 4. P mengetahui dan memahami akibat dari perlaku-perilaku tersebut sehingga harus menjauhi perilaku tersebut.
Sesi 3	1. Mengenalkan macam-macam perilaku yang seharusnya dilakukan di kelas sehingga dapat diinternalisasi dan	1. P mengeluh karena kartu pada sesi sebelumnya terlalu banyak 2. P melanggar beberapa aturan kelompok yang sudah disepakati. P bersikap jahil pada teman-temannya. 3. P mengikuti aturan permainan dengan baik, meskipun

	<p>digunakan untuk mengontrol perilaku disruptif.</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>kalah dan kecewa ia tidak marah-marah dan hanya mengatakan pada temannya bahwa mereka sangat beruntung.</p> <p>4. P mengenali perilaku baik yang ada di kartu, dan menceritakan pengalaman yang berkaitan dengan kartu. P beberapa kali mencontohkan perilaku tersebut dibantu oleh D dan L.</p> <p>5. P memahami bahwa perilaku yang ada di kartu merupakan perilaku yang berlawanan pada sesi sebelumnya dan akan membawa efek positif (disukai orang lain).</p>
Sesi 4	<p>1. Berpikir mengenai akibat sebelum melakukan perilaku-perilaku disruptif</p> <p>2. Mengontrol emosi sehingga tidak melakukan perilaku disruptif</p> <p>3. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>1. P mendengarkan aturan dengan baik meski terkadang menyela karena merasa sudah tahu.</p> <p>2. P mengikuti aturan permainan dengan baik</p> <p>3. P melanggar beberapa aturan kelompok, seperti berbuat jahil pada teman-temannya. Dan memainkan balok yang roboh dan sedang disusun untuk membentuk bangunan lain di arah lain.</p> <p>4. P cukup bisa mengontrol emosi ketika ditegur dan langsung mengembalikan balok tersebut.</p> <p>5. Dalam bermain P dapat mengontrol emosinya dan memberikan masukan yang baik untuk teman-temannya, serta menerima masukan dari teman-temannya.</p> <p>6. P mampu mengaitkan manfaat permainan (membuat rencana, mengontrol diri, fokus, memikirkan akibat) pada perilaku mengganggu yang sering dilakukan agar tidak dilakukan lagi. P memberikan contoh perilaku yang nyata.</p> <p>7. P berjanji untuk mencoba menerapkan apa yang dipelajarinya pada kehidupan sehari-harinya.</p>
Sesi 5	<p>1. Mengontrol perilaku agresi terhadap teman dengan meningkatkan kemampuan untuk bekerjasama, menyelesaikan konflik serta empati.</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>1. P mampu mengikuti aturan permainan dengan baik</p> <p>2. P berinisiatif membantu peneliti untuk membuat lapangan dengan kapur karena merasa kasihan pada peneliti yang seorang wanita.</p> <p>3. P menegur teman-temannya yang naik pohon dan meminta mereka untuk berkumpul.</p> <p>4. P mampu bekerjasama dengan anggota kelompok yang berbeda-beda tanpa mengeluh dan berhasil memenangkan kedua permainan yang dilakukan.</p> <p>5. P tidak menyalahkan temannya ketika temannya tereliminasi dan menyemangati mereka dengan mengatakan bahwa dirinya bisa menangkannya.</p> <p>6. Pada saat terakhir P mampu menyebutkan beberapa pelajaran yang didapat.</p> <p>7. P mampu memberikan contoh berkaitan dengan hal-hal yang sudah disebutkan olehnya maupun teman-temannya. P juga mampu menepatkan bahwa kerjasama itu perlu tapi tidak harus dilakukan saat ujian.</p> <p>8. P berjanji untuk menerapkan apa yang sudah dipelajari dalam kehidupan sehari-harinya di sekolah.</p>
Sesi 6	<p>1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap teman sekolah</p>	<p>1. P menyela D yang merasa tahu dengan aturan permainan yang belum selesai dijelaskan setelah bertanya pada peneliti apakah peneliti membuat permainan ini sendiri.</p>

	<p>ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>2. P antusias mendengarkan arahan dan bertanya mengenai simbol-simbol yang ada di papan permainan.</p> <p>3. P mengikuti aturan permainan dan kelompok dengan baik meski terkadang sesekali masih bersikap jahil dan berteriak karena terlalu bersemangat.</p> <p>4. P mencoba memperitungkan langkah yang harus diambil, saat dadu tidak sesuai dengan perhitungannya P nampak kecewa namun melanjutkan permainan dengan semangat.</p> <p>5. P mampu mencontohkan solusi dan perilaku-perilaku yang didapat pada misi</p> <p>6. P mampu menjelaskan perasaan apa yang dirasakan sesuai dengan perilaku yang dicontohkan</p> <p>7. P mampu memberikan contoh berkaitan dengan hal-hal yang sudah disebutkan oleh nya maupun teman-temannya.</p> <p>8. P berjanji untuk menerapkan apa yang sudah dipelajari dalam kehidupan sehari-harinya di sekolah.</p>
Sesi 7	<p>1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap otoritas sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>1. P mengikuti aturan permainan dengan baik.</p> <p>2. P mengikuti aturan kelompok yang sudah disepakati</p> <p>3. P bermain dengan bersemangat dan menang. .</p> <p>4. P mampu memberikan contoh (<i>roleplay</i>) pada misi yang diterimanya dengan baik. P juga membantu teman-temannya. P mengoreksi bila ada temannya yang salah, sambil tertawa.</p> <p>5. P mampu menarik pelajaran dari permainan ini dan berjanji untuk menerapkannya pada kehidupan sehari-harinya.</p>
Sesi 8	Klien mengevaluasi dan menghargai perubahan yang ada pada dirinya berkaitan dengan perilaku disruptif.	<p>1. P menceritakan apa saja perilaku yang sudah di jauhi olehnya / berkurang dengan menyebutkan jumlah yang detail dan alasannya.</p> <p>2. P menilai dan memberikan penghargaan pada diri sendiri dengan mengatakan bahwa ia sudah berhasil berlaku baik.</p> <p>3. P mendapat motivasi dan dorongan dari peneliti untuk tetap melanjutkan apa yang sudah dilakukan.</p>
Sesi 9	Mengakhiri proses intervensi	<p>1. P mengungkapkan bahwa ia merasa senang dan berterimakasih karena bisa bermain dan mendapat pelajaran sambil bermain, terlebih lagi dia berhasil menjadi juara 2. Ia tidak memiliki masalah yang menggantung.</p> <p>2. P mengisi lembar evaluasi terapi dan <i>post test</i> tanpa mengeluh</p> <p>3. P berjanji bahwa dirinya akan tetap mengontrol perilakunya dan berbuat baik, sehingga saat peneliti kembali untuk <i>follow up</i> perubahannya terlihat.</p> <p>4. P membaca doa bersama teman-temannya dan terapis.</p>

Hasil Intervensi

Skor SDSIT menurun. Sebelum intervensi ialah 49, namun setelah intervensi menjadi 28

Subjek 4

Nama : G
Jenis Kelamin : Laki-laki
Kelas : 5
Usia : 11

Hasil Asesmen Perilaku Mengganggu

Hasil dari asesmen menunjukkan bahwa G memiliki masalah perilaku mengganggu dalam kategori sedang dan paling tinggi dibandingkan dengan teman-temannya yang lain. Pada aspek gangguan pelanggaran dan agresi terhadap teman G termasuk kategori sedang, namun rendah pada aspek agresi terhadap otoritas sekolah. Saat di kelas G sering beranjak dari tempat duduknya, tidak memperhatikan pelajaran, banyak berbicara tidak pada waktunya. G juga sering mengejek dan memukul atau menendang temannya. G juga sering berkata kotor. L juga terkadang kedapatan sedang mengancam temannya. Selain itu G juga didapati merokok di belakang sekolah.

Sesi	Tujuan	Hasil
Sesi 1	<ol style="list-style-type: none">1. Klien dan terapis saling mengenal2. Memberikan informasi berkaitan dengan kegiatan3. Menentukan tujuan4. Membentuk kontrak dan aturan kelompok	<ol style="list-style-type: none">1. Pada awalnya G menolak menyebutkan nama sambil tertawa. Kemudian setelah semua sudah menyebutkan namanya, G ikut memperkenalkan diri2. G mendapat informasi berkaitan dengan kegiatan yang akan dilakukan selama beberapa hari kedepan dengan antusias karena bisa terbebas dari pelajaran di kelas. bahkan meminta peneliti untuk mengadakan kegiatan setiap hari.3. G keberatan dan menyalahkan temannya atas aturan yang dibuat sambil tertawa dan berjalan-jalan. G menolak menyepakati aturan yang dibentuk dan tertawa terbahak-bahak, pada akhirnya G mau menyepakati peraturan yang dibentuk bersama.
Sesi 2	<ol style="list-style-type: none">1. Mengenalkan jenis dan macam-macam perilaku disruptif sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol perilaku.2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada	<ol style="list-style-type: none">1. G mendengarkan aturan dengan antusias namun kesulitan memahami, sehingga perlu diberikan penjelasan tersendiri dan saat awal bermain dibimbing oleh P.2. G mampu mengikuti aturan permainan secara baik dan antusias3. G belum bisa mengikuti aturan kelompok dengan cukup baik. G melanggar beberapa aturan yaitu berkata kasar, dan memukul teman, mengejek teman maupun peneliti selama sesi ini berlangsung4. G mampu mengenali perilaku-perilaku disruptif yang ada di kartu, serta menceritakan perilaku apa saja yang pernah dilakukan.

		<ol style="list-style-type: none"> 5. G kesulitan dalam menjelaskan akibat dari beberapa perilaku yang ada di kartu dan memerlukan waktu yang lama untuk menjawab. 6. G mengetahui bahwa perilaku yang ada di kartu merupakan perilaku buruk yang membawa dampak buruk dan tidak boleh dilakukan setelah mendengar penjelasan dan cerita dari teman-temannya.
Sesi 3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengenalkan macam-macam perilaku yang seharusnya dilakukan di kelas sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol perilaku disruptif. 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. G mengenali perilaku-perilaku baik (lawan dari perilaku disruptif) yang harus dilakukan di sekolah, 2. G mengetahui dan memahami bahwa perilaku-perilaku tersebut merupakan perilaku baik yang berdampak baik dan harus dilakukan. 3. G mampu mengikuti aturan permainan secara baik, meski tidak seantusias sesi sebelumnya. 4. G belum bisa mengikut aturan kelompok. Setelah kartunya habis (juara 3) G menjulurkan lidah dan mengejek yang masih bermain, kemudian beranjak dari tempat duduknya dan bersembunyi dibalik papan yang ada di ruangan atau memukul gamelan. G baru kembali duduk dalam formasi ketika beberapa kali dipanggil dan mendapat hukuman.
Sesi 4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berpikir mengenai akibat sebelum melakukan perilaku-perilaku disruptif 2. Mengontrol emosi sehingga tidak melakukan perilaku disruptif 3. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. G mendengarkan penjelasan mengenai aturan dan mampu mengikuti aturan dengan bantuan dan arahan dari teman-temannya pada awal permainan. G melanjutkan permainan sesuai dengan aturan 2. G terlihat kesal saat merobohkan balok namun bisa mengontrol perilaku dan emosinya. 3. G mengikuti beberapa aturan kelompok, namun ada beberapa aturan yang dilanggar, seperti menyela temannya yang berbicara, mengejek temannya yang merobohkan balok atau yang melakukan kesalahan. 4. G terlihat kesal ketika permainan pertama karena temannya mencoba memberi tahunya, namun pada permainan ke dua ia mampu mengontrol emosinya dan mengikuti saran dari temannya. 5. G mampu memilih balok mana yang aman untuk diambil, artinya ia mampu memikirkan rencana, strategi dan akibat dari pilihannya 6. G mampu mengaitkan pelajaran yang didapat dari permainan ini dengan perilaku disruptif, namun G tidak berinisiatif menjawab sebelum ditunjuk dan diminta untuk menjawab. 7. G tidak mau berjanji melakukan hal yang sudah dipelajari dan tertawa, pada akhirnya setelah semua anggota berjanji, ia mau berjanji.
Sesi 5	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengontrol perilaku agresi terhadap teman dengan meningkatkan kemampuan untuk bekerjasama, menyelesaikan konflik serta empati. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. G mengikuti aturan permainan dengan baik 2. G melanggar beberapa aturan kelompok seperti keluyuran (memanjat pohon yang ada di lapangan, berteriak saat permainan belum dimulai. 3. G menerima kelompok yang terbentuk tanpa

	<p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>megeleh</p> <p>4. G mampu bekerjasama dengan kelompoknya.</p> <p>5. G nampak senang ketika berhasil memenangkan permainan dan banyak tertawa.</p> <p>6. G mampu mengaitkan pelajaran yang didapat dari permainan ini dengan perilaku disruptif setelah mendapat beberapa petunjuk dari temannya.</p> <p>7. G berjanji akan melakukan hal-hal yang sudah disebutkan olehnya maupun teman-temannya yang lain tanpa membantah.</p>
Sesi 6	<p>1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap teman sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>1. G mengikuti aturan permainan dengan baik</p> <p>2. G mengikuti aturan kelompok dengan baik. Namun terkadang G mengejek temannya dengan menjulurkan lidahnya pada temannya yang mendapat kartu atau pada peneliti ketika dia berhasil melakukan misi di kartu maupun tidak berhenti di kartu.</p> <p>3. G kesulitan mencontohkan solusi untuk misi-misi yang ada di kartu. G memerlukan waktu yang lebih lama dibandingkan teman-temannya. Terkadang G menyerah karena teman-temannya tidak sabar.</p> <p>4. G cukup mampu mengontrol emosi ketika angka yang diinginkan tidak keluar maupun saat dirinya masuk kepenjara.</p> <p>5. G cukup mampu mengaitkan pelajaran yang didapat dari permainan ini dengan perilaku disruptif. G juga memberikan beberapa contoh dan akibatnya seperti yang ada di kartu misi.</p> <p>6. G berjanji akan melakukan hal-hal yang sudah disebutkan olehnya maupun teman-temannya yang lain</p>
Sesi 7	<p>1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap otoritas sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>1. G menolak ikut bermain karena banyak menghambat permainan, namun setelah beberapa saat ia setuju untuk ikut bermain dan cukup antusias.</p> <p>2. G mengikuti aturan permainan dengan baik</p> <p>3. G mengikuti aturan kelompok dengan baik. Namun G menjulurkan lidah ke peneliti karena ia sengaja salah menjawab dan mendapat kesempatan untuk melempar dadu.</p> <p>4. G berusaha dan tidak menyerah untuk mencontohkan solusi untuk misi-misi yang didapat. G juga dapat menggunakan strategi untuk menjawab salah karena ketika mundur ia akan dapat melepar dadu lagi.</p> <p>5. G cukup mampu mengontrol emosi ketika angka yang diinginkan tidak keluar maupun saat dirinya masuk kepenjara.</p> <p>6. G mampu mengaitkan pelajaran yang didapat dari permainan ini dengan perilaku disruptif. G juga memberikan beberapa contoh dan akibatnya seperti yang ada di kartu misi.</p> <p>7. G tidak mau berjanji melakukan apa yang sudah dipelajari dan tertawa, tapi kemudian G menjulurkan tangganya dan membuat janji dengan peneliti bahwa G akan melakukan hal-hal</p>

		yang sudah disebutkan olehnya maupun teman-temannya yang lain/
Sesi 8	Klien mengevaluasi dan menghargai perubahan yang ada pada dirinya berkaitan dengan perilaku disruptif.	<ol style="list-style-type: none"> 1. G menceritakan apa saja pelanggaran yang dilakukannya dalam satu minggu ini dan membandingkan dengan minggu sebelumnya dengan arahan. 2. G menceritakan bahwa dirinya mengerjakan beberapa hal baik dan menegur/melaporkan temannya yang melakukan hal buruk. 3. G mengatakan bahwa ia tidak merokok kemarin dan kemarin lusa. 4. G menerima pujian dan motivasi dari peneliti atas apa saja yang sudah dilakukannya dan agar tetap melakukannya
Sesi 9	Mengakhiri proses intervensi	<ol style="list-style-type: none"> 1. G mengungkapkan bahwa ia merasa senang karena banyak jenis permainan yang dilakukan bersama. G meminta tambahan pertemuan. Ia tidak memiliki masalah yang menggantung. 2. G mengisi lembar evaluasi terapi dan <i>post test</i> dengan bantuan dari peneliti. 3. G membuat janji bahwa dirinya akan tetap mengontrol perilakunya dan berbuat baik, sehingga saat peneliti kembali untuk <i>follow up</i> perubahannya terlihat. 4. G membaca doa bersama teman-temannya dan terapis.

Hasil Intervensi

Skor SDSIT menurun. Sebelum intervensi skor G ialah 52 , namun setelah intervensi menjadi 25

Subjek 5

Nama : Z
Jenis Kelamin : Perempuan
Kelas : 5
Usia : 11

Hasil Asesmen Perilaku Mengganggu

Hasil dari asesmen menunjukkan bahwa Z memiliki masalah perilaku mengganggu dalam kategori sedang. Pada aspek gangguan pelanggaran dan agresi terhadap teman Z termasuk kategori sedang, namun rendah pada aspek agresi terhadap otoritas sekolah. Saat di kelas Z sering berbicara tidak pada waktunya. Z juga sering datang terlambat saat pelajaran. Z juga didapati sering mengejek dan mengolok temannya, bahkan mengancam temannya.

Sesi	Tujuan	Hasil
Sesi 1	<ol style="list-style-type: none">1. Klien dan terapis saling mengenal2. Memberikan informasi berkaitan dengan kegiatan3. Menentukan tujuan4. Membentuk kontrak dan aturan kelompok	<ol style="list-style-type: none">1. Z mengenalkan diri menggunakan nama lengkap dan memberitahukan nama panggilannya.2. Z mendapat informasi berkaitan dengan kegiatan yang akan dilakukan selama beberapa hari kedepan dengan antusias.3. Z berperan aktif dalam membuat aturan. Z menyetujui semua aturan yang dibuat tanpa protes. Saat temannya meminta hukuman <i>push up</i> Z menolak hukuman tersebut.
Sesi 2	<ol style="list-style-type: none">1. Mengenalkan jenis dan macam-macam perilaku disruptif sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol perilaku.2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada	<ol style="list-style-type: none">1. Z mampu mengenali perilaku-perilaku disruptif yang ada di kartu, serta menceritakan perilaku apa saja yang pernah dilakukan.2. Z mengetahui bahwa perilaku yang ada di kartu merupakan perilaku buruk yang membawa dampak buruk dan tidak boleh dilakukan.3. Z mampu mengikuti aturan permainan secara baik dan antusias4. Z mengikuti aturan kelompok dengan baik anpa melakukan pelanggaran pada sesi ini.
Sesi 3	<ol style="list-style-type: none">1. Mengenalkan macam-macam perilaku yang seharusnya dilakukan di kelas sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol perilaku disruptif.2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada	<ol style="list-style-type: none">1. Z mendengarkan dan memahami aturan yang diberikan2. Z mampu mengikuti aturan permainan secara baik dan antusias. Ketika membuka kartu yang dibagi, Z mengatakan bahwa kartu disesi ini merupakan perilaku yang baik.3. Z mengenali perilaku-perilaku baik (lawan dari perilaku disruptif) yang harus dilakukan di sekolah,4. Z mengetahui dan memahami bahwa perilaku-perilaku tersebut merupakan perilaku baik yang berdampak baik dan harus dilakukan.5. Z mengikuti aturan kelompok dengan baik, namun klien juga sekali melanggar aturan dengan memukul temannya.

Sesi 4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berpikir mengenai akibat sebelum melakukan perilaku-perilaku disruptif 2. Mengontrol emosi sehingga tidak melakukan perilaku disruptif 3. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Z mendengarkan penjelasan mengenai aturan dan mampu mengikuti aturan permainan secara baik dan sangat antusias. 2. Z mengikuti beberapa aturan kelompok, namun ada beberapa aturan yang dilanggar, seperti meneriaki temannya. 3. Z cukup mampu mengontrol emosinya ketika melihat temannya lama memikirkan balok mana yang harus diambil. Z mampu memberikan saran dengan baik tanpa emosi pada temannya. Ketika Z merobohkan balok ia nampak kecewa namun tertawa dan mampu mengontrol emosinya. 4. Z mampu berpikir dan menyusun strategi untuk mengambil keputusan dan memikirkan akibatnya. Meski pada salah satu permainan ia merobohkan baloknya. 5. Z mampu mengaitkan pelajaran yang didapat dari permainan ini dengan perilaku disruptif. Z juga memberikan beberapa contoh dan akibatnya. 6. Z antusias untuk berjanji akan melakukan hal-hal yang sudah disebutkan olehnya maupun teman-temannya yang lain.
Sesi 5	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengontrol perilaku agresi terhadap teman dengan meningkatkan kemampuan untuk bekerjasama, menyelesaikan konflik serta empati. 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Z mendengarkan, memahami dan mengikuti aturan permainan dengan baik 2. Z mengikuti aturan kelompok dengan baik. Z beberapa kali melanggar aturan karena marah melihat temannya sulit dipanggil dan malah memanjat tembok sehingga ia meneriaki temannya. 3. Z menerima hasil pembagian kelompok di permainan pertama dan kedua. Z mampu bekerjasama dengan tim yang dimasuki dan menyusun strategi yang baik, sehingga menang. 4. Z menunjukkan rasa senangnya ketika menang 5. Z mampu mengaitkan pelajaran yang didapat dari permainan ini dengan perilaku disruptif. Z juga memberikan beberapa contoh dan akibatnya. 6. Z berjanji akan melakukan hal-hal yang sudah disebutkan olehnya maupun teman-temannya yang lain.
Sesi 6	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap teman sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Z mengikuti aturan permainan dengan baik 2. Z mengikuti aturan kelompok dengan baik. 3. Terkadang Z menunjukkan emosi pada temannya yang mengganggu dengan mengambilkan kartu, namun Z sudah mampu memahami emosinya dan menegur baik-baik. 4. Z mampu mencontohkan solusi untuk misi-misi yang didapat dengan baik. Z juga membantu temannya dengan memberikan petunjuk ketika temannya kesulitan menjawab. 5. Z mampu mengontrol emosi ketika angka yang diinginkan tidak keluar maupun saat dirinya masuk kepenjara. 6. Z mampu mengaitkan pelajaran yang didapat dari permainan ini dengan perilaku disruptif yang sudah dibahas sebagai solusi. L juga

		<p>memberikan beberapa contoh dan akibatnya seperti yang ada di kartu misi.</p> <p>7. Z berjanji akan melakukan hal-hal yang sudah disebutkan olehnya maupun teman-temannya yang lain</p>
Sesi 7	<p>1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap otoritas sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>1. Z mengikuti aturan permainan dengan baik</p> <p>2. Z mengikuti aturan kelompok dengan baik.</p> <p>3. Z mampu mencontohkan solusi untuk misi-misi yang didapat dengan baik.Z</p> <p>4. Z mampu mengontrol emosi ketika angka yang diinginkan tidak keluar maupun saat dirinya masuk kepenjara.</p> <p>5. Z mampu mengaitkan pelajaran yang didapat dari permainan ini dengan perilaku disruptif dan cara untuk menghindarinya. Z juga memberikan beberapa contoh dan akibatnya seperti yang ada di kartu misi.</p> <p>6. Z berjanji akan melakukan hal-hal yang sudah disebutkan olehnya maupun teman-temannya yang lain</p>
Sesi 8	Klien mengevaluasi dan menghargai perubahan yang ada pada dirinya berkaitan dengan perilaku disruptif.	<p>1. Z menceritakan bahwa dalam satu minggu ini ia hanya melakukan sedikit perilaku-perilaku menganggu yang dipelajari di sesi ke 2.</p> <p>2. Z menceritakan bahwa dirinya mengerjakan hal baik dan menegur temannya yang melakukan hal buruk. Z juga mengaku bahwa dirinya juga pernah berkata kotor di kelas karena tidak sengaja.</p> <p>3. Z menerima pujian dan motivasi dari peneliti atas apa saja yang sudah dilakukannya dan agar tetap melakukannya</p>
Sesi 9	Mengakhiri proses intervensi	<p>1. Z mengungkapkan bahwa ia belajar banyak hal dan merasa senang saat melaksanakan intervensi ini. Ia tidak memiliki masalah yang menggantung.</p> <p>2. Z mengisi lembar evaluasi terapi dan <i>post test</i></p> <p>3. Z membuat janji bahwa dirinya kan tetap mengontrol perilakunya dan berbuat baik, sehingga saat peneliti kembali untuk <i>follow up</i> perubahannya terlihat.</p> <p>4. Z membaca doa bersama teman-temannya dan terapis.</p>

Hasil Intervensi

Skor SDSIT menurun. Sebelum intervensi skornya ialah 45 , namun setelah intervensi menjadi 32

Subjek 6

Nama : N
Jenis Kelamin : Laki-laki
Kelas : 5
Usia : 11

Hasil Asesmen Perilaku Mengganggu

Hasil dari asesmen menunjukkan bahwa N memiliki masalah perilaku mengganggu dalam kategori sedang. Pada aspek gangguan pelanggaran dan agresi terhadap teman N termasuk kategori sedang, namun rendah pada aspek agresi terhadap otoritas sekolah. Saat di kelas N sering berbicara tidak pada waktunya dan mengganggu kelas. N juga sering berbicara kotor. N sering mengejek dan memukul atau menendang temannya. Saat pelajaran N juga cukup sering lupa membawa buku atau perlengkapan lain.

Sesi	Tujuan	Hasil
Sesi 1	<ol style="list-style-type: none">1. Klien dan terapis saling mengenal2. Memberikan informasi berkaitan dengan kegiatan3. Menentukan tujuan4. Membentuk kontrak dan aturan kelompok	<ol style="list-style-type: none">1. N mengenalkan diri dengan nama panggilannya.2. N menerima informasi kegiatan dan terlihat antusias karena dapat bermain di luar kelas3. N banyak menyebutkan aturan-aturan yang diprotes temannya dan menyetujui keseluruhan aturan.
Sesi 2	<ol style="list-style-type: none">1. Mengenalkan jenis dan macam-macam perilaku disruptif sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol perilaku.2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada	<ol style="list-style-type: none">1. N banyak tertawa2. N mendengarkan arahan dari peneliti mengenai aturan permainan3. N kesulitan memahami peraturan sehingga perlu dijelaskan ulang dengan contoh4. Setelah dijelaskan ulang ia mampu mengikuti aturannya.5. N mampu mengikuti aturan kelompok yang sudah disepakati, meski terkadang melanggar beberapa aturan seperti menghina temannya dan berkata kotor. N juga memukul temannya dan meniru temannya memukul dirinya sendiri.6. N mengenali perilaku-perilaku mengganggu yang ada di kartu dan menceritakan apa saja yang pernah dilakukan olehnya maupun teman sekelompoknya beserta dengan akibat yang dirasakan.7. N mengetahui dan memahami akibat dari perilaku-perilaku tersebut sehingga harus menjauhi perilaku-perilaku tersebut.
Sesi 3	<ol style="list-style-type: none">3. Mengenalkan macam-macam perilaku yang seharusnya dilakukan di kelas sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan	<ol style="list-style-type: none">1. N ikut mengeluh seperti teman-temannya2. N melanggar beberapa aturan kelompok yang sudah disepakati.3. N mengikuti aturan permainan dengan baik.

	<p>untuk mengontrol perilaku disruptif.</p> <p>4. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>Saat kartunya habis dan menang N terlihat bahagia dan lega hingga berpindah tempat duduk.</p> <p>4. N mengenali perilaku baik yang ada di kartu, dan menceritakan pengalaman yang berkaitan dengan kartu. N beberapa kali mencontohkan perilaku tersebut.</p> <p>5. N memahami bahwa perilaku yang ada di kartu merupakan perilaku yang berlawanan pada sesi sebelumnya dan akan membawa efek baik yaitu disukai orang lain.</p>
Sesi 4	<p>1. Berpikir mengenai akibat sebelum melakukan perilaku-perilaku disruptif</p> <p>2. Mengontrol emosi sehingga tidak melakukan perilaku disruptif</p> <p>3. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>1. N mendengarkan aturan dengan baik dan perlu dijelaskan ulang dengan contoh.</p> <p>2. N mengikuti aturan permainan dengan baik</p> <p>3. N mengikuti aturan kelompok dengan baik.</p> <p>4. N cukup bisa mengontrol emosi ketika ia menjatuhkan balok. N tetap tertawa dan merapikan balok meski kecewa.</p> <p>5. N mampu mengaitkan manfaat permainan (membuat rencana, mengontrol diri, fokus, memikirkan akibat) pada perilaku mengganggu yang sering dilakukan agar tidak dilakukan lagi.</p> <p>6. N berjanji untuk mencoba menerapkan apa yang dipelajarinya pada kehidupan sehari-harinya.</p>
Sesi 5	<p>1. Mengontrol perilaku agresi terhadap teman dengan meningkatkan kemampuan untuk bekerjasama, menyelesaikan konflik serta empati.</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>1. N mampu mengikuti aturan permainan dengan baik</p> <p>2. N berdiri disamping peneliti menunggu temannya menggambar lapangan</p> <p>3. N menghina temannya sebagai monyet karena temannya memanjat pohon.</p> <p>4. N menegur teman-temannya yang naik pohon dan meminta mereka untuk berkumpul.</p> <p>5. N mampu bekerjasama dengan anggota kelompok yang berbeda-beda tanpa mengeluh dan berhasil memenangkan salah satu permainan yang dilakukan.</p> <p>6. N keluar karena mencoba menangkap bola agar temannya bisa masuk, namun gagal.</p> <p>7. N tidak menyalahkan temannya ketika temannya tereliminasi.</p> <p>8. N mampu menyebutkan beberapa pelajaran yang didapat.</p> <p>9. N mampu memberikan contoh berkaitan dengan hal-hal yang sudah disebutkan olehnya maupun teman-temannya. N juga mampu menepatkan bahwa kerjasama itu perlu tapi tidak harus dilakukan untuk contekan</p> <p>10. N berjanji untuk menerapkan apa yang sudah dipelajari dalam kehidupan sehari-harinya di sekolah.</p>
Sesi 6	<p>1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap teman sekolah ketika</p>	<p>1. N mendengarkan dengan antusias penjelasan dari peneliti. N menanyakan hal yang sudah dijelaskan.</p>

	<p>sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>2. N memahami dan mengikuti aturan kelompok dan permainan dengan baik</p> <p>3. N mampu memberikan contoh solusi yang baik untuk kartu-kartu yang didapatkannya.</p> <p>4. N mampu mengoreksi perilaku temannya yang salah.</p> <p>5. N mampu menjelaskan perasaan apa yang dirasakan sesuai dengan perilaku yang dicontohkan</p> <p>6. N mampu menyebutkan manfaat dari permainan ini dan memberikan contoh berkaitan dengan hal-hal yang sudah disebutkan oleh nya maupun teman-temannya.</p> <p>7. N berjanji untuk menerapkan apa yang sudah dipelajari dalam kehidupan sehari-harinya di sekolah.</p>
Sesi 7	<p>1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap otoritas sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>1. N mengikuti aturan permainan dengan baik.</p> <p>2. N mengikuti aturan kelompok yang sudah disepakati</p> <p>3. N mampu mengontrol emosi ketika ia harus masuk penjara maupun saat dirinya berhenti pada kotak yang tidak diinginkannya.</p> <p>4. N mampu memberikan contoh (<i>roleplay</i>) berkaitan dengan mis pada kartu</p> <p>5. N mampu menarik pelajaran dari permainan ini dan berjanji untuk menerapkannya pada kehidupan sehari-harinya.</p>
Sesi 8	<p>Klien mengevaluasi dan menghargai perubahan yang ada pada dirinya berkaitan dengan perilaku disruptif.</p>	<p>1. N menceritakan apa saja perilaku yang sudah di jauhi olehnya / berkurang. N mengatakan bahwa dirinya beberapa hari ini tidak berbicara kotor. Ia juga menegur temannya.</p> <p>2. N menilai dengan memberikan penghargaan pada diri sendiri dengan mengatakan bahwa ia sudah melakukan hal yang baik dan membuat orang senang.</p> <p>3. N mendapat motivasi dan dorongan dari peneliti untuk tetap melanjutkan apa yang sudah dilakukan.</p>
Sesi 9	<p>Mengakhiri proses intervensi</p>	<p>1. N mengungkapkan bahwa ia merasa senang karena bisa bermain dan mendapat pelajaran selama intervensi ini berlangsung. Ia juga merasa berhutang budi. Ia tidak memiliki masalah yang menggantung.</p> <p>2. N mengisi lembar evaluasi terapi dan <i>post test</i> tanpa mengeluh</p> <p>3. N berjanji bahwa dirinya akan tetap mengontrol perilakunya dan berbuat baik, sehingga saat peneliti kembali untuk <i>follow up</i> perubahannya terlihat.</p> <p>4. N membaca doa bersama teman-temannya dan terapis.</p>

Hasil Intervensi

Skor SDSIT menurun. Sebelum intervensi skor N ialah 44 , namun setelah intervensi menjadi 28

Lampiran 8. Hasil Skala SDSIT dan Evaluasi Klien Kelompok Eksperimen

	Nama	JK	Usia	Kls	No 1	No 2	No 3	No 4	No 5	No 6	No 7	No 8	No 9	No 10	No 11	No 12	No 13	No 14	No 15	No 16	Total	Kategori	Gangguan Pelanggaran	Kategori	Agresi Terhadap Teman	Kategori	Agresi terhadap Otoritas Sekolah	Kategori
Pre Test	C	P	12	5	2	5	4	5	1	4	1	3	1	1	3	2	1	2	5	4	44	Sedang	14	Rendah	20	Sedang	10	Rendah
	F	L	11	5	2	5	4	5	1	2	2	2	1	1	3	5	1	5	5	5	49	Sedang	19	Sedang	21	Sedang	9	Rendah
	V	L	12	5	5	5	3	5	1	3	2	5	3	1	2	4	1	6	5	5	56	Sedang	24	Sedang	23	Tinggi	9	Rendah
	Z	L	11	5	3	2	5	3	1	4	2	3	1	1	2	4	1	5	5	2	44	Sedang	17	Sedang	17	Sedang	10	Rendah
	R	L	11	5	2	2	4	5	1	3	1	4	1	1	2	4	1	5	5	2	43	Sedang	20	Sedang	15	Sedang	8	Rendah
	A	P	11	5	2	4	3	4	1	3	1	4	2	1	3	3	1	5	4	2	43	Sedang	19	Sedang	15	Sedang	9	Rendah
Post Test	C	P	12	5	2	1	3	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	25	Rendah	8	Rendah	10	Rendah	7	Rendah
	F	L	11	5	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	3	2	2	27	Rendah	10	Rendah	10	Rendah	7	Rendah
	V	L	12	5	2	3	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	2	3	28	Rendah	9	Rendah	12	Rendah	7	Rendah
	Z	L	11	5	2	1	2	2	1	2	1	3	1	1	2	3	1	3	2	1	28	Rendah	13	Rendah	8	Rendah	7	Rendah
	R	L	11	5	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	23	Rendah	8	Rendah	8	Rendah	7	Rendah
	A	P	11	5	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	24	Rendah	10	Rendah	9	Rendah	5	Rendah

Evaluasi Klien

Nama	Jenis Kelamin	Usia	Kelas	No1	No2	No3	No4	No5	No6	No7	No8	No9	No10	Total	Rata-rata
C	P	12	5	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	39	3.9
F	L	11	5	2	3	3	4	3	3	3	4	3	4	32	3.2
V	L	12	5	2	3	3	4	4	3	4	4	3	4	34	3.4
Z	L	11	5	3	4	3	2	4	3	4	3	3	4	33	3.3
R	L	11	5	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	27	2.7
A	P	11	5	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	38	3.8
															3.383333333

Lampiran 9. Hasil Skala SDSIT Kelompok Kontrol

	Nama	JK	Usia	Kls	No 1	No 2	No 3	No 4	No 5	No 6	No 7	No 8	No 9	No 10	No 11	No 12	No 13	No 14	No 15	No 16	Total	Kategori	Gangguan Pelanggaran	Kategori	Agresi Terhadap Teman	Kategori	Agresi terhadap Otoritas Sekolah	Kategori
Pre Test	P	P	11	5	2	4	4	5	1	4	1	5	2	1	4	4	1	5	6	3	52	Sedang	22	Sedang	19	Sedang	11	Rendah
	X	L	11	5	2	3	2	5	1	2	1	4	1	1	1	6	1	6	5	3	44	Sedang	23	Sedang	15	Sedang	6	Rendah
	I	L	12	5	3	3	3	5	1	4	1	3	3	1	2	1	1	6	5	1	43	Sedang	19	Sedang	15	Sedang	9	Rendah
	E	L	11	5	2	4	3	4	1	3	1	4	1	1	2	5	1	4	5	4	45	Sedang	19	Sedang	18	Sedang	8	Rendah
	K	P	11	5	2	3	4	3	1	5	1	4	1	1	4	4	1	5	5	4	48	Sedang	18	Sedang	18	Sedang	12	Rendah
	B	L	11	5	3	5	5	2	1	2	1	3	2	1	2	5	1	4	5	5	47	Sedang	17	Sedang	23	Tinggi	7	Rendah
Post Test	P	P	11	5	2	4	4	5	1	4	1	6	2	1	5	3	1	5	6	3	53	Sedang	22	Sedang	19	Sedang	12	Rendah
	X	L	11	5	2	3	2	5	1	3	1	4	1	1	1	5	1	5	6	3	44	Sedang	21	Sedang	16	Sedang	7	Rendah
	I	L	12	5	3	3	3	4	1	4	1	3	3	1	2	1	1	6	5	1	42	Rendah	18	Sedang	15	Sedang	9	Rendah
	E	L	11	5	2	4	3	3	1	3	1	4	1	1	2	4	1	4	5	4	43	Sedang	17	Sedang	18	Sedang	8	Rendah
	K	P	11	5	2	3	3	4	1	5	1	4	1	1	3	4	1	5	5	4	47	Sedang	19	Sedang	17	Sedang	11	Rendah
	B	L	11	5	3	5	5	3	1	3	1	3	2	1	2	5	1	5	5	5	50	Sedang	19	Sedang	23	Tinggi	8	Rendah

Lampiran 10. Hasil SPSS Uji Wilcoxon Kelompok Eksperimen

Pre Test

Frequencies

Statistics

Total

N	Valid	6
	Missing	0
Mean		46.50
Median		44.00
Std. Deviation		5.167

Post Test

Frequencies

Statistics

Total

N	Valid	6
	Missing	0
Mean		25.83
Median		26.00
Std. Deviation		2.137

Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest_SDSIT -	Negative Ranks	6 ^a	3.50	21.00
Pretest_SDSIT	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	6		

a. Posttest_SDSIT < Pretest_SDSIT

b. Posttest_SDSIT > Pretest_SDSIT

c. Posttest_SDSIT = Pretest_SDSIT

Test Statistics^a

	Posttest_SDSIT - Pretest_SDSIT
Z	-2.207 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.027

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Lampiran 11. Hasil SPSS Uji Wilcoxon Kelompok Kontrol

Pre Test

Frequencies

Statistics

Total		
N	Valid	6
	Missing	0
Mean		46.50
Median		46.00
Std. Deviation		3.271

Post Test

Frequencies

Statistics

Total		
N	Valid	6
	Missing	0
Mean		46.50
Median		45.50
Std. Deviation		4.324

Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post_SDSIT_Kontrol -	Negative Ranks	3 ^a	2.67	8.00
Pre_SDSIT_Kontrol	Positive Ranks	2 ^b	3.50	7.00
	Ties	1 ^c		
	Total	6		

a. Post_SDSIT_Kontrol < Pre_SDSIT_Kontrol

b. Post_SDSIT_Kontrol > Pre_SDSIT_Kontrol

c. Post_SDSIT_Kontrol = Pre_SDSIT_Kontrol

Test Statistics^a

	Post_SDSIT_Kontrol - Pre_SDSIT_Kontrol
Z	-.137 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.891

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Lampiran 12. Hasil SPSS Uji Mann-Whitney

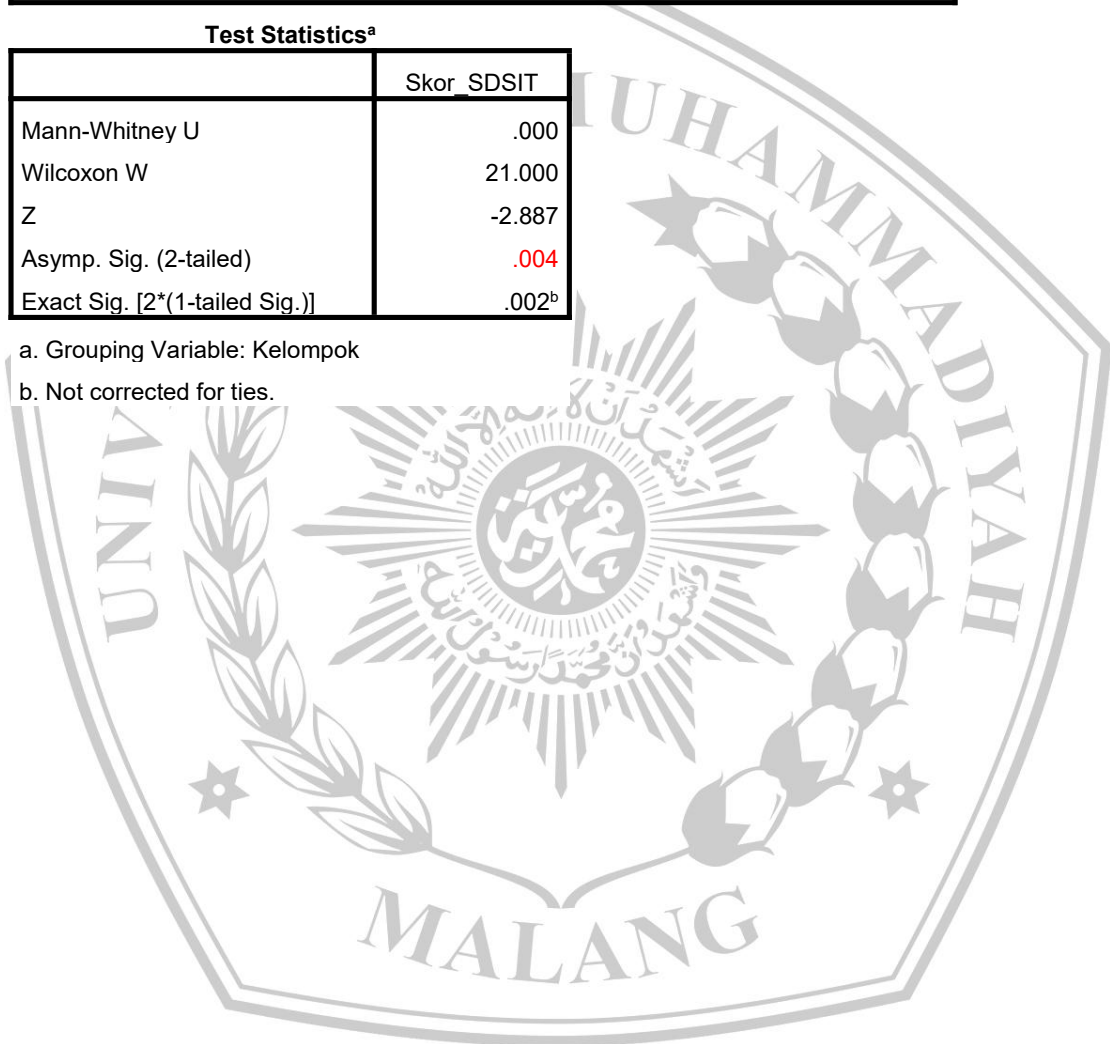
SDSIT Mann-Whitney Test

Ranks				
	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Skor_SDSIT	Eksperimen	6	3.50	21.00
	Kontrol	6	9.50	57.00
	Total	12		

Test Statistics ^a	
	Skor_SDSIT
Mann-Whitney U	.000
Wilcoxon W	21.000
Z	-2.887
Asymp. Sig. (2-tailed)	.004
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.002 ^b

a. Grouping Variable: Kelompok

b. Not corrected for ties.



Lampiran 13. Hasil Sesi Per Subjek Eksprimen

IDENTITAS SUBJEK 1

Nama/ Inisial : V
Jenis kelamin : Laki-laki
Usia : 12 tahun
Kelas : 5 SD

HASIL ASESMEN

Asesmen dilakukan melalui observasi di kelas, wawancara subjek, guru dan teman sekelas, dan kuisioner SDSIT yang diisi oleh guru. Hasil skor SDSIT menunjukkan bahwa perilaku mengganggu V termasuk dalam kategori sedang dengan skor 56, dimana pada aspek agresi terhadap teman termasuk dalam kategori tinggi dan aspek gangguan pelanggaran termasuk dalam kategori sedang. Sedangkan pada aspek agresi terhadap otoritas sekolah termasuk dalam kategori rendah. Hasil asesmen menunjukkan Masalah perilaku V menonjol dalam aspek agresi terhadap teman. V sering mengejek teman-temannya di kelas dan bertengkar atau mem-bully teman sekelas mauun adik kelasnya. V juga terkadang mengancam temannya di sekolah. V ketahuan memalak anak kelas 2 di sekolah. Tidak hanya itu V juga sering berkata kotor. Saat di kelas V sering berbicara dan berjalan tanpa izin yang mengganggu kegiatan belajar mengajar di kelas. V juga sering tidak menyelesaikan tugas yang diterimanya, baik tugas langsung maupun pekerjaan rumah. Selain itu V juga sering terlambat masuk ke kelas, baik dipagi hari maupun setelah istirahat. V mengaku bahwa dirinya pernah beberapa kali merokok di sekolah, namun jarang. Biasanya ia memilih merokok di luar sekolah. V juga menceritakan bahwa dirinya beberapa kali mencoba meminum alkohol di luar sekolah.

Sesi	Tujuan	Hasil
Sesi 1	1. Klien dan terapis saling mengenal	1. Sebelum kegiatan di mulai, V sulit diminta untuk duduk
	2. Memberikan informasi berkaitan dengan kegiatan	2. V memperkenalkan diri (nama, hoby dan cita-citanya)
	3. Menentukan tujuan	3. V menerima informasi dengan baik dan memperhatikan
	4. Membentuk kontrak dan aturan kelompok	4. V turut serta menyebutkan beberapa peraturan dan menyetujui semua peraturan yang di tulis, dengan V mengatakan pada dirinya sabar-sabar sambil mengelus dada
	5. Melakukan evaluasi terhadap alasan seseorang melakukan suatu tindakan dan memebrikan penilaian bahwa hal tersebut	5. V menyetujui ide untuk melakukan <i>push up</i>

	salah.	<p>sebagai hukuman.</p> <ol style="list-style-type: none"> 6. V mengikuti aturan yang sudah disepakati. Hukuman yang disepakati ialah kehilangan satu sticker setiap melakukan 2 pelanggaran. 7. V kesulitan membahas topik diskusi berkaitan dengan penyebab seseorang melakukan perilaku mengganggu (Aspek agresi terhadap teman). Pada akhirnya V menjawab bahwa perilaku-perilaku tersebut dilakukan karena “ingin nge bos i” 8. V mengakui pernah melakukannya maupun menjadi korbannya, sehingga menyadari bahwa hal tersebut merupakan hal buruk. 9. Saat membahas topik lain (gangguan pelanggaran) V marah ketika C mengatakan bahwa V sering melakukannya, seperti terlambat saat kembali dari istirahat. V menjawab alasan dilakukannya hal tersebut karena stress. Menurut V seharusnya ketika tidak setuju dengan aturan yang ada, orang tersebut meminta aturan yang baru. Namun pada akhir diskusi V mengatakan bahwa aturan yang ada harus dituruti. 10. Menurut V seseorang harus menjadi baik untuk mengikuti aturan 11. Pada akhir sesi semua anggota dan peneliti menarik kesimpulan bahwa seseorang harus mampu mengatur dirinya agar tidak melakukan perilaku mengganggu.
Sesi 2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengenalkan jenis dan macam-macam perilaku disruptif sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol perilaku. 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. V mendengarkan dan memahami aturan permainan dengan baik dan mengikuti aturannya. Namun saat peneliti menjelaskan V sempat berbicara dengan temannya. 2. V mengikuti aturan kelompok yang dibuat dengan baik. V kesulitan untuk bersabar dan sekali marah ketika temannya melakukan kesalahan. Namun V mencoba untuk tidak banyak bicara dan menenangkan diri saat emosi (istighfar dan berbicara pada dirinya “sabar-sabar”). 3. V cukup jujur menceritakan pengalaman-pengalaman yang pernah dilakukan sesuai dengan kartu yang dibahas meski memerlukan waktu di awal (Tidak mengerjakan PR, terlambat, agresi verbal dan fisik pada teman, merokok membuat guru menangis, tidak mendengarkan pelajaran, mencoret bangku, dll) serta akibat yang dirasakan dicoret mukanya oleh guru, dihukum berpanas-panasan, tidak dapat mengikuti pelajaran, dibalas oleh temannya, dll). V juga menceritakan pengalamannya sebagai korban agresi dan dikucilkan sehingga membuatnya sakit hati. 4. V mengenali perilaku disruptif dan contoh-contohnya serta menyadari bahwa perilaku membawa dampak buruk untuk dirinya maupun orang lain.

Sesi 3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengenalkan macam-macam perilaku yang seharusnya dilakukan di kelas sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol perilaku disruptif. 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. V mengikuti aturan kelompok yang sudah dibuat dan disepakati bersama, namun ada beberapa saat dimana V melanggar aturan tersebut, V berdiri dan marah pada temannya yang mengintip di jendela, V juga memelototi dan memarahi teman sekelompoknya yang lambat. V juga terkadang berbicara dengan teman atau melakukan kegiatan lain. 2. V memperhatikan dan mengikuti aturan permainan 3. V fokus, aktif dan antusias dalam bermain 4. V mampu mengenali dan aktif menceritakan perilaku baik yang pernah dilakukannya. V juga mampu menjelaskan manfaat apa saja yang didapat dari perilaku tersebut.
Sesi 4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berpikir mengenai akibat sebelum melakukan perilaku-perilaku disruptif. 2. Mengontrol emosi sehingga tidak melakukan perilaku disruptif 3. Memahami dan mengikuti aturan yang ada. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. V mampu mengikuti aturan kelompok yang sudah dibuat 2. V mendengarkan dan mengikuti aturan permainan yang sudah dijelaskan 3. V menunjukkan rasa putus asa sebelum memulai permainan karena ia belum pernah memainkan permainan uno stacko. 4. V sangat hati-hati, pelan-pelan dan mempertimbangkan balok yang dipilih saat mengambil balok karena takut menjatuhkan susunan balok. 5. V tertawa dan menunjukkan kesenangannya ketika berhasil mengambil balok tanpa menjatuhkan susunan 6. V menertawakan teman yang hampir menjatuhkan susunan menara balok 7. V mampu mengambil makna dari permainan ini serta mengaitkannya dengan kehidupan sehari-hari. 8. V berjanji akan berusaha melakukan apa yang sudah dipelajari hari ini meski ia tidak yakin ia bisa melakukannya.
Sesi 5	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengontrol perilaku agresi terhadap teman dengan meningkatkan kemampuan untuk bekerjasama, menyelesaikan konflik serta empati. 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. V mampu mengikuti aturan kelompok dan permainan. Namun ada satu saat dimana V marah ketika ia dilempar bola 2. V bermain dengan antusias, kooperatif dan sportif 3. V mampu merasakan apa yang dirasakan temannya ketika dilempar bola 4. V mampu bekerjasama dengan kelompoknya dan menyusun strategi sehingga kelompoknya bisa menang 3 kali berturut-turut 5. V mampu memahami pelajaran yang didapat dari permainan ini, terutama dalam hal empati dan kerjasama. 6. V juga mampu mengaitkan pelajaran yang didapat dengan contoh nyata kegiatan sehari-hari di sekolah. 7. V mengatakan dirinya akan berusaha untuk menerapkannya.

Sesi 6	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap teman sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. V mendengarkan dan memahami aturan kelompok maupun permainan dengan baik, namun ada satu saat dimana V marah dan mendesak temannya agar cepat 2. Selama kegiatan bermain V berkonsentrasi, antusias, bermain dengan baik, dan juga kritis terhadap apa yang dilakukan temannya. V juga memperhatikan apa yang dikerjakan temannya 3. Saat bermain V mampu mengontrol emosinya dengan cukup baik ketika ia harus masuk ke penjara atau saat angka yang diinginkan tidak sesuai dengan harapannya. V kurang dapat mengontrol emosi ketika temannya lama dalam menjalankan pionnya. 4. V membantu temannya melakukan <i>roleplay</i> misi 5. V terlihat senang saat memenangkan permainan ini 6. V mampu memberikan contoh pada misi-misi yang didaptkannya dan juga memberi tanggapan mengenai apa yang dicontohkannya dan temannya 7. V mampu menarik kesimpulan dari permainan dan mengingat hal-hal yang sudah dicontoh dirinya maupun temannya dan berjanji untuk menoca melakukannya.
Sesi 7	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap otoritas sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. V mengikuti aturan kelompok dan aturan permainan dengan baik 2. Selama kegiatan V cukup tenang, memperhatikan, fokus, sportif, tidak mengganggu, dan memberikan respon maupun contoh misi mengenai agresi terhadap otoritas sekolah dengan baik 3. V mampu mengoreksi dan menambahkan apa yang dilakukan temannya. 4. V membantu temannya melakukan <i>roleplay</i> misi 5. V mampu menenangkan diri saat ada temannya yang lambat maupun saat hal yang diinginkan tidak terjadi. 6. V mampu menjelaskan makna dari permainan ini dan menyebutkan contoh perilaku yang sudah dicontohkan oleh dirinya dan temannya saat bermain
Sesi 8	<ol style="list-style-type: none"> 1. Klien mengevaluasi dan menghargai perubahan yang ada pada dirinya berkaitan dengan perilaku disruptif. 2. Klien meminta maaf pada teman-teman kelompok jika pernah melakukan kesalahan 3. Klien berterimakasih pada orang yang berperan dalam hidupnya dengan menuliskan surat untuk dikirimkan selesai kegiatan. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. V mampu menilai usaha dan menghargai dirinya yang sudah mau mengatur perilakunya, V mengucapkan terimakasih pada dirinya sendiri 2. V meminta maaf pada ke 5 temannya di kelompok, dan memaafkan teman-temannya 3. V menuliskan surat rasa terimakasihnya untuk ibunya dengan judul surat untuk orang tercinta, V menyampikan surat tersebut sendiri.
Sesi 9	Mengakhiri proses intervensi	<ol style="list-style-type: none"> 1. V mengikuti aturan kelompok dengan baik tanpa melakukan pelanggaran 2. V mampu mengulang apa saja yang sudah

		<p>dipelajari dari sesi sebelumnya</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. V menceritakan kembali perubahan apa saja yang sudah dilakukan, seperti mengurangi berbicara kotor, mengerjakan tugas sampai selesai, dan tidak bertengkar (memukul dan menendang) dengan temannya. 4. V memberikan kesan dan pesan mengenai kegiatan 5. V mengisi lembar evaluasi klien terhadap terapi dan terapis 6. V merupakan pemenang pertama dan menerima hadiah, motivasi dan penghargaan dari terapis. V tersenyum ketika mendapatkan pujian dan hadiah serta dukungan dari temannya. 7. V menolak untuk berjanji karena takut tidak dapat menepatinya kedepannya, namun pada akhirnya setelah menjelaskan alasannya, dengan dorongan dan motivasi dari temannya dan terapis, V mau berjanji.
--	--	---

HASIL INTERVENSI

Hasil intervensi dilakukan melalui observasi di kelas, wawancara subjek, guru dan teman sekelas, serta kuisioner SDSIT yang diisi oleh guru. V yang awalnya mendapat skor 56 dengan kategori sedang, mengalami penurunan perilaku menjadi kategori rendah dengan skor 28. Semua aspek perilaku mengganggu mengalami penurunan dan termasuk dalam kategori rendah. Saat di kelas V berusaha menyelesaikan tugasnya hingga selesai dan mengerjakan PR yang diterimanya. V juga mulai mengurangi bicara yang tidak sesuai dengan tempatnya. V mengurangi agresi terhadap teman, V tidak pernah bertengkar maupun memukul teman-temannya. Selain itu V juga mengurangi berbicara kotor, ketika keceplosan ia langsung mengintrospeksi dirinya. namun Teman sekelasnya mengatakan V menunjukkan banyak perubahan, terutama dalam sikapnya di kelas dan bagaimana ia memperlakukan temannya. 10 hari pasca terminasi, guru wali kelas V melaporkan bahwa V mengikuti temannya ke kamar mandi untuk merokok, namun dari semua anak yang masuk kamar mandi hanya V yang tidak merokok, ia hanya menemani karena diajak.

IDENTITAS SUBJEK 2

Nama/ Inisial : C
Jenis kelamin : Perempuan
Usia : 12 tahun
Kelas : 5 SD

HASIL ASESMEN

Asesmen dilakukan melalui observasi di kelas, wawancara subjek, guru dan teman sekelas, dan kuisioner SDSIT yang diisi oleh guru. Hasil skor SDSIT menunjukkan bahwa perilaku mengganggu C termasuk dalam kategori sedang dengan skor 44, dimana pada aspek agresi terhadap teman C juga termasuk sedang dan pada aspek gangguan pelanggaran dan agresi terhadap otoritas sekolah termasuk dalam kategori rendah. Hasil asesmen menunjukkan Masalah perilaku C menonjol dalam agresi terhadap teman. C sering mengejek teman-temannya di kelas. C juga sering bertengkar dengan temanya baik perempuan maupun laki-laki. C juga terkadang mengancam temannya di sekolah. Tidak hanya itu C juga sering berkata kotor. Saat di kelas C sering berbicara tanpa izin dan mengganggu kegiatan belajar mengajar di kelas. C juga sering tidak menyelesaikan tugas yang diterimanya.

Sesi	Tujuan	Hasil
Sesi 1	<ol style="list-style-type: none">1. Klien dan terapis saling mengenal2. Memberikan informasi berkaitan dengan kegiatan3. Menentukan tujuan4. Membentuk kontrak dan aturan kelompok5. Melakukan evaluasi terhadap alasan seseorang melakukan suatu tindakan dan memberikan penilaian bahwa hal tersebut salah.	<ol style="list-style-type: none">1. C memperkenalkan diri (nama, hobydan cita-cita)2. C cukup mampu menerima informasi, memperhatikan, namun sering menyela peneliti atau orang lain yang sedang berbicara3. C turut serta memberikan aturan seperti dilarang menyandak (memanggil nama orang tua), C juga mengomentari peraturan dengan pertanyaan contoh, seperti jika memukul di luar kelompok? Jika memukul diri sendiri? Dll4. C cukup mampu mengikuti aturan, meski sedikit melakukan pelanggaran5. Hukuman yang disepakati ialah kehilangan satu sticker setiap melakukan 2 pelanggaran.6. C kesulitan membahas topik diskusi berkaitan dengan penyebab seseorang melakukan perilaku mengganggu (Aspek agresi terhadap teman). Pada akhirnya C memberikan jawaban "karena digarai" (membalas). C menambahkan karena hati anak-naka tersebut sudah buruk. mengganggu anak yang lemah.7. C mengakui pernah melakukannya maupun menjadi korbannya dengan lantang, sehingga menyadari bahwa hal tersebut merupakan hal buruk.

		<p>8. Saat membahas topik baru (Gangguan pelanggaran) C dengan lantang mengatakan kesalahan temannya. C memberikan alasan perilaku muncul karena hatinya buruk. Menurut C aturan yang ada harus dilakukan.</p> <p>9. C dan beberapa temannya mengatakan bahwa seseorang harus teliti dalam mentaati peraturan.</p> <p>10. Pada akhir sesi semua anggota dan peneliti menarik kesimpulan bahwa seseorang harus mampu mengatur dirinya agar tidak melakukan perilaku mengganggu.</p>
Sesi 2	<p>1. Mengenalkan jenis dan macam-macam perilaku disruptif sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol perilaku.</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>1. C melakukan beberapa pelanggaran dari aturan kelompok yang disepakati. C memukul V dan A saat sesi ini berlangsung, memotong terapi yang sedang berbicara, berteriak dan menunjukkan ketidak sabaran dalam kegiatannya.</p> <p>2. Meski banyak melakukan pelanggaran, C berusaha mengikuti aturan dan menunjukkan antusiasnya mengikuti kegiatan. C memimpin doa saat pertemuan dimulai, C juga menjawab semua pertanyaan yang diberikan terapis dengan antusias. C juga terkadang mengangkat tangannya saat ingin bertanya.</p> <p>3. Saat terapis menjelaskan aturan permainan, C fokus mendengarkan dan mampu bermain dengan baik sesuai aturan. Namun C mencoba curang dengan melihat kartu A yang duduk disampingnya.</p> <p>4. C mampu menerima ketika ia tidak mendapatkan stiker karena pelanggaran yang dilakukannya.</p> <p>5. C menceritakan pelanggaran-pelanggaran yang pernah dilakukan, seperti mencoret bangku karena bosa, berkata kasar, mengancam teman, berkata kotor, terlambat datang ke sekolah, tidak mendnegarkan saat pelajaran, tidak mengerjakan PR, dll. C juga menceritakan perilaku yang dilakkan di luar sekolah seperti mencuri dan memukul adiknya.</p> <p>6. C mampu menjelaskan akibat perilaku-perilaku yang disebutkan di kartu.</p>
Sesi 3	<p>1. Mengenalkan macam-macam perilaku yang seharusnya dilakukan di kelas sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol perilaku disruptif.</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>1. C mampu mengikuti aturan kelompok yang dibuat pada sesi pertama maupun aturan permainan. C juga tertib dalam kegaitan, namun C terkadang berbicara bukan pada gilirannya dan memotong pembicaraan orang lain atau mengajak temannya berbicara.</p> <p>2. Saat kegiatan, C terlihat kurang fokus terhadap permainan yang dilakukan, namun tetap aktif, antusias dan semangat dalam bermain.</p> <p>3. C memebrikan contoh perilaku baik yang pernah dilakukan dan menjelaskan manfaat dari perilaku tersebut sehingga perilaku tersebut harus dipertahankan dan yang belum dilakukan mulai dilakukan.</p>

Sesi 4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berpikir mengenai akibat sebelum melakukan perilaku-perilaku disruptif 2. Mengontrol emosi sehingga tidak melakukan perilaku disruptif 3. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. C melakukan beberapa pelanggaran aturan kelompok yang disepakati. C mengganggu temannya yang sedang bermain, C menunjukkan ketidak sabarannya dalam menunggu gilirannya. 2. C mendengarkan dan memperhatikan penjelasan dari peneliti mengenai aturan permainan, meski C mengatakan bahwa dirinya mengetahui aturannya dan sering memainkannya. C memahami dan mengikuti aturan permainan dengan baik. 3. Pada permainan pertama C menunjukkan ketidaksabaran dan tidak terima ketika disalahkan, namun pada permainan kedua C mulai bisa menerima dan mengontrol emosinya. 4. Saat temannya kalah, C menertawakan temannya dan menunjukkan rasa senangnya karena ia mendapatkan sticker. 5. C mampu menyebutkan pelajaran dari permainan ini, C juga mampu mengaitkan dengan perilaku sehari-hari. 6. C berjanji untuk menerapkan apa saja yang sudah dipelajari dari sesi pertama hingga sesi ke empat ini pada kesehariannya di sekolah bahkan di rumah.
Sesi 5	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengontrol perilaku agresi terhadap teman dengan meningkatkan kemampuan untuk bekerjasama, menyelesaikan konflik serta empati. 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pada sesi ini C mampu mengikuti aturan kelompok maupun permainan dengan baik., namun C sesekali berbicara ketika tidak diminta. 2. C mampu bekerjasama dan kompak dengan kelompoknya, C juga menerima keputusan yang diambil oleh kelompok. 3. C mendukung anggota kelompoknya yang lain ketika dirinya keluar lapangan. C memperhatikan dan memberikan instruksi dari luar lapangan dan juga membantu mengambil bola yang keluar. 4. C merasakan sakit ketika terlempar bola dan menunjukkan empati pada teman-temannya yang terkena bola. 5. C mampu mengambil kesimpulan dari permainan ini dan aktif memberikan respon 6. C berjanji untuk menerapkan apa yang sudah dipelajari di kehidupan sehari-hari.
Sesi 6	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap teman sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pada sesi ini C terlihat lebih tenang dibandingkan dengan sesi-sesi sebelumnya 2. C mampu mengikuti aturan baik aturan kelompok maupun aturan permainan. 3. C mendengarkan dan memahami aturan permainan yang dijelaskan peneliti 4. C mampu tetap tenang meski pion yang dimainkan masuk penjara maupun tidak sesuai dengan angka yang diinginkan. 5. C berkonsentrasi, serius, aktif, bersemangat, antusias, menunggu giliran saat melaksanakan permainan

		6. C mampu memberikan contoh pada kartu misi yang didapatnya, selain itu C juga mampu mengoreksi serta menambahkan jawaban dari temannya dan memabntu mencontohkannya. 7. C berjanji untuk menerapkan apa yang sudah dipelajari disesi sebelumnya dan hari ini untuk kehidupan sehari-harinya.
Sesi 7	1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap otoritas sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada	1. C mampu mengikuti aturan kelompok dan permainan dengan baik tanpa melakukan pelanggaran.C 2. C bermaian dengan antusias, bersemangat, sportif dan fokus. 3. C mampu menenangkan diri selama permainan meski bidaknya mendapat angka yang tdiak sesuai dengan keinginannya. 4. C mampu mengerjakan misi-misi yang didapatnya berkaitan dengan agresi terhadap otoritas sekolah. 5. C berjanji untuk melakukan apa saja yag sudah dipalajrinya untuk kehidupan sehari-hari terutama di sekolah.
Sesi 8	1. Klien mengevaluasi dan menghargai perubahan yang ada pada dirinya berkaitan dengan perilaku disruptif. 2. Klien meminta maaf pada teman-teman kelompok jika pernah melakukan kesalahan 3. Klien berterimakasih pada orang yang berperan dalam hidupnya dengan menuliskan surat untuk dikirimkan selesai kegiatan.	1. C memngikuti aturan kelompok dan tidak melakukan pelanggaran 2. Selama pelaksanaan sesi C nampak tenang, fokus dan antusias. 3. C mampu menilai usaha dan menghargai dirinya yang sudah mau mengatur perilakunya dengan sedikit dorongan, Cmengucapkan terimakasih pada dirinya sendiri 4. C meminta maaf pada ke 5 temannya di kelompok, dan memaafkan teman-temannya 5. C menuliskan surat rasa terimakasihnya untuk ibunya dengan judul mama. Selain itu C juga menuliskan srat untuk gur wali kelasnya. C merasa malu untuk menyampaikan padaibu dan gurunya sehingga meminta tolong pada penlit utnuk mengirimkannya.
Sesi 9	Mengakhiri proses intervensi	1. Pada sesi ini C mampu mengikuti aturan kelompok yang sudah disepakati dengan baik. 2. C mampu fokus mengikuti kegiatan dengan baik dan tenang 3. C mampu menngulang apa saja yang sudah dipelajari dari sesi sebelumnya 4. C menceritakan kembali perubahan apa saja yang sudah dilakukan, seperti mengurangi berbicara kotor, mengejek, dan mulai mengerjakan tugas. C juga mengatakan ia sudah jarang membalas dengan kekerasan ketika dirinya didorong atau dipukul temannya. C juga mengatakan ia tidak lagi memukul adiknya. 5. C memberikan kesan dan pesan mengenai kegiatan 6. C mengisi lembar evaluasi klien terhadap terapi dan terapis 7. Sebagai juara ke 2, C menerima hadiah,

		motivasi dan penghargaan dari terapis. C berjanji untuk melanjutkan perubahan yang sudah dilakukannya dan menjadi lebih baik lagi.
--	--	--

HASIL INTERVENSI

Hasil intervensi dilakukan melalui observasi di kelas, wawancara subjek, guru dan teman sekelas, serta kuisioner SDSIT yang diisi oleh guru. C yang awalnya mendapat skor 44 dengan kategori sedang, mengalami penurunan perilaku menjadi kategori rendah dengan skor 25. Semua aspek perilaku mengganggu mengalami penurunan dan termasuk dalam kategori rendah. Saat di kelas C berusaha menyelesaikan tugasnya hingga selesai. C juga mulai mengurangi bicara disaat kelas tenang. C mengurangi agresi terhadap teman, namun terkadang C masih refleks memukul ketika dipukul, namun setelahnya ia langsung introspeksi diri. Tidak hanya disekolah, C juga menerapkan apa yang dipelajari di rumah, Ia mulai mengalah dan tidak lagi memukul adiknya. Selain itu C juga mulai mengurangi berbicara kotor, namun C mengakui bahwa terkadang ia masih keceplosan. Teman sekelasnya mengatakan C mulai menunjukkan beberapa perubahan di kelas, terutama dalam sikapnya di kelas dan bagaimana C memperlakukan temannya.

IDENTITAS SUBJEK 3

Nama/ Inisial : R
Jenis kelamin : Laki-Laki
Usia : 11 tahun
Kelas : 5 SD

HASIL ASESMEN

Asesmen dilakukan melalui observasi di kelas, wawancara subjek, guru dan teman sekelas, dan kuisioner SDSIT yang diisi oleh guru. Hasil skor SDSIT menunjukkan bahwa perilaku mengganggu R termasuk dalam kategori sedang dengan skor 43, dimana pada aspek agresi terhadap teman dan gangguan pelanggaran R termasuk kategori sedang dan pada aspek agresi terhadap otoritas sekolah termasuk dalam kategori rendah. Hasil asesmen menunjukkan. R sering mengejek teman-temannya di kelas. R juga sering bertengkar dengan temanya baik menyerang terlebih dahulu ataupun menjadi korban dari temannya yang lain dan membalas ke orang lain yang lebih lemah. R juga terkadang mengancam temannya di sekolah dengan membawa nama anak yang lebih kuat dari dia. Tidak hanya itu R juga sering berkata kotor di kelas. Saat di kelas R sering tidak mengerjakan tugas yang diterima, tidak memperhatikan pelajaran, berbicara tanpa izin dan mengganggu kegiatan belajar mengajar di kelas, R juga sering berjalan-jalan diluar bangku saat di kelas. R sering datang terlambat untuk masuk ke kelas.

Sesi	Tujuan	Hasil
Sesi 1	<ol style="list-style-type: none">1. Klien dan terapis saling mengenal2. Memberikan informasi berkaitan dengan kegiatan3. Menentukan tujuan4. Membentuk kontrak dan aturan kelompok5. Melakukan evaluasi terhadap alasan seseorang melakukan suatu tindakan dan memberikan penilaian bahwa hal tersebut salah.	<ol style="list-style-type: none">1. R memperkenalkan diri (nama, hoby dan cita-citanya)2. R menerima informasi dengan baik dan memperhatikan3. R turut serta menyebutkan beberapa peraturan dan menyetujui semua peraturan yang di tulis, R menyarankan hukuman yang dilakukan ialah melakukan <i>push up</i>.4. R mengikuti aturan yang sudah disepakati5. Hukuman yang disepakati ialah kehilangan satu sticker setiap melakukan 2 pelanggaran.6. R kesulitan membahas topik diskusi berkaitan dengan penyebab seseorang melakukan perilaku mengganggu (Aspek agresi terhadap teman). Pada akhirnya R menjawab bahwa perilaku-perilaku dilakukan supaya tidak ada yang berani pada dirinya. R mengatakan melakukan hal seperti itu merupakan hal yang buruk karena dapat merugikan orang lain.

		<ol style="list-style-type: none"> 7. R mengakui dengan lantang bahwa dirinya pernah melakukan hal-hal tersebut juga menjadi korbannya. 8. Saat membahas topik baru (Gangguan pelanggaran) R mengatakan alasan seseorang melakukan hal tersebut karena tidak suka aturan. Menurut R seharusnya aturan ditaati. 9. R dan beberapa temannya mengatakan bahwa seseorang harus teliti dalam mentaati peraturan. Selain itu R juga menekankan untuk disiplin. 10. Pada akhir sesi semua anggota dan peneliti menarik kesimpulan bahwa seseorang harus mampu mengatur dirinya agar tidak melakukan perilaku mengganggu.
Sesi 2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengenalkan jenis dan macam-macam perilaku disruptif sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol perilaku. 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. R mendengarkan, memperhatikan, dan mengikuti aturan permainan, namun terkadang berbicara dengan temannya 2. R mengikuti aturan kelompok, namun sesekali melanggar aturan (beteriak pada teman yang berbohong, bercanda dengan memukul teman) 3. R sering tidak sabar ketika dalam permainan, namun pada tengah sesi R mulai berusaha menahan emosinya 4. R bermain dengan antusias dan jujur menceritakan pengalaman-pengalamannya berkaitan dengan perilaku disruptif. R sering menuduhkan atau menunjuk temannya ketika temannya tidak jujur. R mengaku pernah mencorat-coret meja karena bosan, R mengatakan dirinya dulu sering terlambat tapi sejak kelas 5 tidak lagi. R juga mengakui sering tidak mendengarkan pelajaran di kelas. R juga mengakui bahwa dirinya pernah mengucilkan dan di kucilkan. Perasaannya saat dikucilkan sangat tidak enak. 5. R mengenali perilaku disruptif dan contoh-contohnya serta menyadari bahwa perilaku membawa dampak buruk untuk dirinya maupun orang lain. 6. R merasa senang ketika kartu yang dipegangnya habis.
Sesi 3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengenalkan macam-macam perilaku yang seharusnya dilakukan di kelas sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol perilaku disruptif. 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. R mendengarkan dan memahami apa yang dijelaskan oleh peneliti mengenai aturan permainan. 2. R mengikuti aturan permainan dengan baik. 3. R mengikuti aturan kelompok, namun ia melakukan beberapa pelanggaran seperti berkata kotor, memarahi teman yang mengintip di jendela, menegur temannya dengan marah dan mengancam peneliti akan menyobek surat pernyataan yang sudah diisi sebelum kegiatan. 4. R antusias, fokus dan bersemangat dalam melakukan permainan. R juga aktif memberikan respon dan menceritakan pengalamannya berkaitan dengan kartu yang didapatnya dan apa saja manfaat yang didapat. 5. R mampu mengenali perilaku baik dan

		<p>manfaatnya</p> <ol style="list-style-type: none"> 6. R terlihat kesal ketika ia ditegur oleh peneliti maupun oleh temannya
Sesi 4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berpikir mengenai akibat sebelum melakukan perilaku-perilaku disruptif 2. Mengontrol emosi sehingga tidak melakukan perilaku disruptif 3. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. R mendengarkan aturan dan arahan dari peneliti. R mengikuti aturan permainan dengan baik. Namun saat bermain R banyak menggoda temannya dan menertawakan temannya yang menjatuhkan balok, 2. R mengikuti aturan kelompok yang sudah disepakati di sesi awal, namun R kurang mampu mengontrol ucapan saat bermain. 3. Saat gilirannya, R sangat fokus, berhati-hati dalam memilih dan mengambil balok. Ketika berhasil ia akan bersyukur karena keputusan yang diambil sudah tepat. 4. R mengikuti kegiatan dengan senang dan antusias 5. R mampu menarik kesimpulan dari permainan ini, R juga mampu mengaitkan permainan ini dengan kehidupan sehari-hari 6. R berjanji akan menerapkan apa yang sudah dipelajari hari ini di kehidupan sehari-harinya di sekolah, namun R mengatakan bahwa ia hanya akan melakukan di sekolah dan jika dilihat saja.
Sesi 5	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengontrol perilaku agresi terhadap teman dengan meningkatkan kemampuan bekerjasama, menyelesaikan konflik serta empati. 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. R cukup patuh terhadap kelompok, namun ada satu saat dimana ia berkata kasar dan membalas temannya yang mendorongnya. 2. R mendengarkan dan memahami aturan yang dijelaskan peneliti. R juga mengikuti aturan permainan dengan baik. 3. R menerima anggota kelompoknya, R mampu bekerjasama, kompak dan kooperatif dengan anggota kelompoknya. 4. R mampu memimpin dalam menyusun strategi dalam permainan 5. R menunjukkan kegigihan, meski kalah berkali-kali ia tetap antusias dan semangat dalam bermain untuk menang 6. Setelah bermain, R mampu mengambil pelajaran dari permainan dan menghubungkannya dengan kegiatan sehari-hari di sekolah. 7. R berjanji untuk menerapkan apa yang sudah dipelajari selama ini.
Sesi 6	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap teman sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. R mengikuti aturan kelompok dengan cukup baik, namun ia sekali mengatakan kata-kata kasar 2. R mendengarkan dan mengikuti aturan permainan yang dijelaskan peneliti dengan baik 3. R kurang sabar dalam bermain dan mendesak temannya dengan memelototi temannya. 4. R mengikuti permainan dengan baik dan antusias, ia mampu memberikan contoh pada misi yang didapatnya. Namun ada misi yang membuat R sulit menjawab sehingga dikoreksi oleh temannya 5. R melakukan <i>roleplay</i> dengan temannya, baik disaat ia mendapat kartu maupun saat temannya membutuhkan bantuan. 6. Saat diakhir R memprotes hasil dimana ia tidak

		<p>mendapatkan sticker karena pelanggaran yang dilakukannya, namun setelah diberi penjelasan, ia menerima.</p> <p>7. R mampu mengambil pelajaran dan menyebutkan apa saja perilaku yang sudah dicontohkan olehnya dan teman-temannya</p> <p>8. R berjanji untuk melakukannya di sekolah.</p>
Sesi 7	<p>1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap otoritas sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>1. R mampu mengikuti aturan permainan dan aturan kelompok dengan baik. Namun saat dirinya memang ia berbaring di lantai dan tidak memperhatikan hingga ditegur.</p> <p>2. Saat bermain ia tidak lagi mengganggu atau memarahi temannya dan cukup tenang. R juga antusias, fokus dan bersemangat saat bermain dan memberikan contoh / <i>roleplay</i></p> <p>3. R mampu menenangkan dirinya ketika ada sesuatu yang tidak sejalan dengan kemauannya</p> <p>4. R mampu mengambil pelajaran dan menyebutkan apa saja perilaku yang sudah dicontohkan olehnya dan teman-temannya</p> <p>5. R berjanji untuk melakukannya di sekolah.</p>
Sesi 8	<p>1. Klien mengevaluasi dan menghargai perubahan yang ada pada dirinya berkaitan dengan perilaku disruptif.</p> <p>2. Klien meminta maaf pada teman-teman kelompok jika pernah melakukan kesalahan</p> <p>3. Klien berterimakasih pada orang yang berperan dalam hidupnya dengan menuliskan surat untuk dikirimkan selesai kegiatan.</p>	<p>1. R mampu menilai usaha dan menghargai dirinya yang sudah mau mengatur perilakunya, R mengucapkan terimakasih pada dirinya sendiri</p> <p>2. R meminta maaf pada ke 5 temannya di kelompok, dan memaafkan teman-temannya</p> <p>3. R menuliskan surat rasa terimakasihnya untuk dirinya sendiri dengan judul surat keberhasilanku</p>
Sesi 9	Mengakhiri proses intervensi	<p>1. R mengikuti aturan dengan baik, namun ia memukul Z sekaligus niat bercanda, sehingga ia mendapat point pelanggaran.</p> <p>2. R mampu menngulang apa saja yang sudah dipelajari dari sesi sebelumnya</p> <p>3. R menceritakan kembali perubahan apa saja yang sudah dilakukan, seperti mengurangi memukul temannya, mengurnagi berbicara kotor, menyelesaikan tugas dan pr.</p> <p>4. R memberikan kesan dan pesan mengenai kegiatan</p> <p>5. R mengisi lembar evaluasi klien terhadap terapi dan terapis</p> <p>6. Sebagai juara ke 5, R menerima hadiah, motivasi dan penghargaan dari terapis.</p> <p>7. R takut untuk berjanji karena tidak tahu kedepannya ia akan bisa menepatinya tau tidak. Dengan motivasi dari teman dan terapis, jug amelihat V mau berjnaji, akhirnya R mau berjanji untuk melanjutkan apa yang dilakukannya dan berusaha menepatinya.</p>

HASIL INTERVENSI

Hasil intervensi dilakukan melalui observasi di kelas, wawancara subjek, guru dan teman sekelas, serta kuisioner SDSIT yang diisi oleh guru. R yang awalnya mendapat skor 43 dengan kategori sedang, mengalami penurunan perilaku menjadi kategori rendah dengan skor 23. Semua aspek perilaku mengganggu mengalami penurunan dan termasuk dalam kategori rendah. Saat di kelas R menyelesaikan tugasnya hingga selesai dan mengerjakan PR nya. R juga mulai mengurangi bicara disaat kelas dan duduk tenang. R mengurangi agresi terhadap teman, meski untuk membalas. Saat diserang temannya ia tidak membalas dan menahan emosinya. R juga mulai mengurangi berbicara kotor, namun R mengakui bahwa terakadang ia masih sering keceplosan. Teman sekelasnya mengatakan R mulai menunjukkan beberapa perubahan di kelas, terutama dalam bagaimana R berbicara dengan temannya an jarang berbicara kotor.



IDENTITAS SUBJEK 4

Nama/ Inisial : F
Jenis kelamin : Laki-Laki
Usia : 11 tahun
Kelas : 5 SD

HASIL ASESMEN

Asesmen dilakukan melalui observasi di kelas, wawancara subjek, guru dan teman sekelas, dan kuisioner SDSIT yang diisi oleh guru. Hasil skor SDSIT menunjukkan bahwa perilaku mengganggu F termasuk dalam kategori sedang dengan skor 49, dimana pada aspek agresi terhadap teman dan aspek gangguan pelanggaran F tergolong sedang dan pada aspek agresi terhadap otoritas sekolah termasuk dalam kategori rendah. Hasil asesmen menunjukkan. F sering mengejek teman-temannya di kelas. F juga sering bertengkar dengan temannya baik menyerang terlebih dahulu maupun menjadi korban. F juga terkadang mengancam temannya di sekolah, ia juga kedapatan memalak adik kelasnya. Saat di kelas F sering tidak mengerjakan tugas yang diterima, tidak memperhatikan pelajaran, berbicara tanpa izin dan mengganggu kegiatan belajar mengajar di kelas, F juga tidak menuruti apa yang dikatakan oleh gurunya. F sering datang terlambat untuk masuk ke kelas.

Sesi	Tujuan	Hasil
Sesi 1	<ol style="list-style-type: none">1. Klien dan terapis saling mengenal2. Memberikan informasi berkaitan dengan kegiatan3. Menentukan tujuan4. Membentuk kontrak dan aturan kelompok5. Melakukan evaluasi terhadap alasan seseorang melakukan suatu tindakan dan memberikan penilaian bahwa hal tersebut salah.	<ol style="list-style-type: none">1. F memperkenalkan diri (nama, hoby dan cita-citanya) dengan malu-malu dan tidak yakin dengan cita-citanya2. F menerima informasi dengan baik dan memperhatikan3. F turut menyebutkan beberapa aturan, pada pertengahan menyusun aturan F berkomentar “ga boleh semua, ga boleh ngapa-ngapain”4. F mengikuti aturan yang sudah disepakati5. Hukuman yang disepakati ialah kehilangan satu sticker setiap melakukan 2 pelanggaran.6. Saat membahas topik (Aspek agresi terhadap teman) F terdiam dan tersenyum pada beberapa temannya yang ada di ruangan. Pada akhirnya F memberikan jawaban “kalau anaknya nggarai” (membalas),7. F mengakui pernah melakuakannya maupun menjadi korbannya, sehingga menyadari bahwa hal terebut merupakan hal buruk.8. Saat mebahas topik baru (Gangguan pelanggaran) F memberikan alasan karena egois, ingin

		<p>bermain atau melakukan hal lain.</p> <p>9. Pada akhir sesi semua anggota dan peneliti menarik kesimpulan bahwa seseorang harus mampu mengatur dirinya agar tidak melakukan perilaku mengganggu.</p>
Sesi 2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengenalkan jenis dan macam-macam perilaku disruptif sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol perilaku. 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. F mendengarkan, memperhatikan, dan mengikuti aturan permainan, namun terkadang berbicara dengan temannya dengan suara kecil 2. F mengikuti aturan kelompok yang disepakati dengan baik 3. F merasa bosan karena setelah menang tidak ada yang bisa dilakukan selain mengintip kartu temannya 4. F bermain dengan antusias dan jujur menceritakan pengalaman-pengalamannya berkaitan dengan perilaku disruptif. F mengatakan bahwa dirinya pernah mencoret bangku, terlambat, tidak mengerjakan pr, tidak memperhatikan kelas, dll. F juga menceritakan bahwa dirinya merokok namun sangat jarang, ia juga menceritakan bahwa ia pernah mencoba minum alkohol. F juga mengakui bahwa dirinya pernah mengucilkan dan diucilkan. Perasaannya saat diucilkan sangat tidak enak dan sedih. 5. F mampu mengenali perilaku disruptif dan contoh-contohnya serta menyadari bahwa perilaku membawa dampak buruk untuk dirinya maupun orang lain. 6. F merasa senang ketika kartu yang dipegangnya habis dan ia menjadi pemenang pertama
Sesi 3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengenalkan macam-macam perilaku yang seharusnya dilakukan di kelas sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol perilaku disruptif. 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. F mengikuti aturan permainan dengan baik, ia sesekali mengintip kartu temannya, bercanda dan mengkritik temannya. 2. F cukup baik dalam mengikuti aturan kelompok yang sudah disepakati, namun saat kegiatan ia sesekali berbicara dengan temannya 3. F cukup bersemangat dalam bermain, namun sesekali perhatiannya teralihkan oleh hal lain 4. F mengenali perilaku-perilaku di kartu merupakan perilaku yang baik dan mampu menceritakan pengalaman dan maafnya dalam melakukan hal tersebut.
Sesi 4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berpikir mengenai akibat sebelum melakukan perilaku-perilaku disruptif 2. Mengontrol emosi sehingga tidak melakukan perilaku disruptif 3. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. F mendengarkan dan mengikuti aturan permainan yang dijelaskan peneliti tanpa membantah 2. Di awal permainan F merasa dirinya akan kalah karena ini merupakan kali pertama ia bermain UNO stacko 3. Saat permainan sudah berjalan F mulai terlihat antusias dan berhati-hati. 4. F mengikuti aturan kelompok dengan baik, ia menegur temannya yang melanggar aturan meski terkadang dirinya berbicara dengan temannya 5. F mampu mengambil hikmah dari permainan ini dan mengaitkan dengan keseharian di sekolah.

		6. F berjanji untuk menerapkan apa yang sudah dipelajari dari sesi pertama hingga sesi ini.
Sesi 5	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengontrol perilaku agresi terhadap teman dengan meningkatkan kemampuan untuk bekerjasama, menyelesaikan konflik serta empati. 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. F tidak melanggar aturan kelompok yang sudah disepakati bersama. 2. F fokus mendengarkan arahan dari peneliti mengenai aturan permainan 3. F menerima pembagian kelompok tanpa protes. 4. F bermain dengan penuh semangat, lincah dan mampu memimpin kelompoknya hingga menang berturut-turut. 5. F kooperatif dan mampu bekerjasama dengan kelompoknya 6. F protes ketika ia melamun di permainan sehingga terkena bola, hal ini menyebabkan konflik antara F dengan tim lawan. Namun F mampu menyelesaikan konflik dan menerima kenyataan bahwa itu merupakan kesalahannya. 7. F mampu mengambil hikmah dari permainan ini dan mengaitkan dengan keseharian di sekolah. 8. F berjanji untuk menerapkan apa yang sudah dipelajari dari sesi pertama hingga sesi ini.
Sesi 6	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap teman sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. F mengikuti aturan kelompok yang sudah disepakati bersama, namun F melanggar satu aturan dengan berkata kasar. 2. F fokus mendengarkan arahan dari peneliti mengenai aturan permainan dan mengikuti aturan sesuai yang dijelaskan. Namun ia terkadang kurang sportif dan tidak fokus pada gilirannya. 3. F bermain dengan antusias dan semangat. F senang ketika ada teman yang senasib dengan dia. 4. F memperhatikan temannya yang mencontohkan perilaku di kartu dan dapat memberikan <i>feedback</i>. F juga mampu memberikan contoh kartu yang didapatnya. 5. F mampu mengambil hikmah dari permainan ini dan menyebutkan contoh2 perilaku di kartu dan solusinya. F mampu mengaitkan dengan keseharian di sekolah. 6. F berjanji untuk menerapkan apa yang sudah dipelajari dari sesi pertama hingga sesi ini.
Sesi 7	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap otoritas sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. F mengikuti aturan kelompok yang sudah disepakati bersama. 2. Selama permainan terkadang F tidak memperhatikan 3. F mengikuti aturan permainan dengan baik dan sportif. 4. F bermain dengan antusias dan semangat. F turut senang ketika temannya menang. 5. Saat dirinya kesal dengan temannya ia berusaha menahan diri dan mengalah. Ia melampiaskan dengan memukul pahanya sendiri. 6. F memperhatikan temannya yang mencontohkan perilaku di kartu dan dapat memberikan <i>feedback</i>. F juga mampu memberikan contoh kartu yang didapatnya dan membantu temannya

		<p>menjawab.</p> <p>7. F mampu menggunakan stratgei diman ia memilih memberikan jawaban yang salah agar ia mundur dan mendapat kesempatan melempar dadu lagi.</p> <p>8. F mampu mengambil hikmah dari permainan ini dan menyebutkan contoh2 perilaku di kartu dan solusinya. F mampu mengaitkan dengan keseharian di sekolah.</p> <p>9. F berjanji untuk menerapkan apa yang sudah dipelajari dari sesi pertama hingga sesi ini.</p>
Sesi 8	<p>1. Klien mengevaluasi dan menghargai perubahan yang ada pada dirinya berkaitan dengan perilaku disruptif.</p> <p>2. Klien meminta maaf pada teman-teman kelompok jika pernah melakukan kesalahan</p> <p>3. Klien berterimakasih pada orang yang berperan dalam hidupnya dengan menuliskan surat untuk dikirimkan selesai kegiatan.</p>	<p>1. F mampu menilai usaha dan menghargai dirinya yang sudah mau mengatur perilakunya, F mengucapkan terimakasih pada dirinya sendiri</p> <p>2. F meminta maaf pada ke 5 temannya di kelompok, dan memaafkan teman-temannya</p> <p>3. F menuliskan surat rasa terimakasihnya untuk ibunya dengan judul surat untk orangtercinta. F malu untuk menyampaikan suratnya sehinggamenitipkan suratnya pada peneliti agar dikirimkan ke ibunya</p>
Sesi 9	Mengakhiri proses intervensi	<p>1. F mengikuti aturan kelompok yang disepakati dengan baik</p> <p>2. F mampu mengulang apa saja yang sudah dipelajari dari sesi sebelumnya</p> <p>3. F menceritakan kembali perubahan apa saja yang sudah dilakukan, seperti mengurangi berbicara kotor, tidak terlambat, tiak bertengkar lagi.</p> <p>4. F memberikan kesan dan pesan mengenai kegiatan</p> <p>5. F mengisi lembar DBS-PS sebagai post test untuk melihat perubahan setelah mengikuti terapi selama kurang lebih 2 minggu.</p> <p>6. F mengisi lembar evaluasi klien terhadap terapi dan terapis</p> <p>7. Sebagai juara ke 4, F menerima hadiah, motivasi dan penghargaan dari terapis.</p> <p>8. F mau berjanji untuk terus berubah lebih baik dan menerapkan apa yang sudah dipelajarinya</p>

HASIL INTERVENSI

Hasil intervensi dilakukan melalui observasi di kelas, wawancara subjek, guru dan teman sekelas, serta kuisisioner SDSIT yang diisi oleh guru. F yang awalnya mendapat skor 49 dengan kategori sedang, mengalami penurunan perilaku menjadi kategori rendah dengan skor 27. Semua aspek perilaku mengganggu mengalami penurunan dan termasuk dalam kategori rendah. Saat di kelas F menyelesaikan tugasnya hingga selesai dan mengerjakan PR nya. F juga mulai mengurangi bicara disaat kelas, duduk tenang, mulai memperhatikan pelajaran dan mendnegarkan apa

yang dikatakan gurunya. F mengurangi agresi terhadap teman, meski ada yang menganggunya, ia mulai bisa mengontrol emosinya. Teman sekelasnya mengatakan F mulai menunjukkan beberapa perubahan di kelas, terutama dalam bagaimana sikap F di kelas.



IDENTITAS SUBJEK 5

Nama/ Inisial : Z
Jenis kelamin : Laki-Laki
Usia : 11 tahun
Kelas : 5 SD

HASIL ASESMEN

Asesmen dilakukan melalui observasi di kelas, wawancara subjek, guru dan teman sekelas, dan kuisioner SDSIT yang diisi oleh guru. Hasil skor SDSIT menunjukkan bahwa perilaku mengganggu Z termasuk dalam kategori sedang dengan skor 44, dimana pada aspek agresi terhadap teman dan aspek gangguan pelanggaran Z tergolong sedang dan pada aspek agresi terhadap otoritas sekolah termasuk dalam kategori rendah. Hasil asesmen menunjukkan. Z sering mengejek dan bertengkar dengan temannya di kesekolah. Saat di kelas Z sering tidak mengerjakan tugas yang diterima, tidak memperhatikan pelajaran, berbicara tanpa izin dan mengganggu kegiatan belajar mengajar di kelas, Z juga tidak menuruti apa yang dikatakan oleh gurunya. Selain itu Z sering berkat kotor di kelas.

Sesi	Tujuan	Hasil
Sesi 1	<ol style="list-style-type: none">1. Klien dan terapis saling mengenal2. Memberikan informasi berkaitan dengan kegiatan3. Menentukan tujuan4. Membentuk kontrak dan aturan kelompok5. Melakukan evaluasi terhadap alasan seseorang melakukan suatu tindakan dan memebrikan penilaian bahwa hal tersebut salah.	<ol style="list-style-type: none">1. Z memperkenalkan diri (nama, hoby dan cita-citanya)2. Z mampu menerima informasi dengan baik dan memperhatikan3. Z turut serta menyebutkan beberapa peraturan dan menyetujui semua peraturan yang di tulis4. Z cukup mampu mengikuti aturan yang sudah disepakati, dan melakukan hanya 1 pelanggaran5. Hukuman yang disepakati ialah kehilangan satu sticker setiap melakukan 2 pelanggaran.6. Z kesulitan membahas topik diskusi berkaitan dengan penyebab seseorang melakukan perilaku meganggu (Aspek agresi terhadap teman). Pada akhirnya Z menjawab bahwa perilaku-perilaku tersebut dilakukan karena ingini merajai sekolah., meminta uang,7. Z pernah melakuakannya maupun menjadi korbannya, sehingga menyadari bahwa hal terebut merupakan hal buruk.8. Saat mebahas topik baru (Gangguan pelanggaran) Z mengatakan seharusnya orang yang melanggar membuat aturan sendiri.9. Pada akhir sesi semua anggota dan peneliti menarik kesimpulan bahwa seseorang harus mampu menngatur dirinya agar tidak melakukan perilaku mengganggu.

Sesi 2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengenalkan jenis dan macam-macam perilaku disruptif sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol perilaku. 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Z mendengarkan, memperhatikan, dan mengikuti aturan permainan, namun terkadang berbicara dengan temannya dan hilang fokus 2. Z mengikuti aturan kelompok, namun sesekali melanggar aturan seperti memukul temannya dan berkata kasar 3. Z antusias dalam bermain dan menceritakan pengalaman yang sesuai dengan kartu, Z pernah merokok didalam dan diluar sekolah, merusak fasilitas sekolah, menyerang temannya baik fisik maupun verbal, berkata kotor, mengganggu di kelas, terlambat, mengucilkan dan dikucilkan, mencuri, mencoba minum arak di luar sekolah. 4. Z mengenali perilaku disruptif dan contoh-contohnya serta menyadari bahwa perilaku membawa dampak buruk untuk dirinya maupun orang lain.
Sesi 3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengenalkan macam-macam perilaku yang seharusnya dilakukan di kelas sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol perilaku disruptif. 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Z mendengarkan dan memahami apa yang dijelaskan oleh peneliti mengenai aturan permainan. 2. Z mengikuti aturan permainan dengan baik. 3. Z mengikuti aturan kelompok, namun ia melakukan beberapa pelanggaran seperti berbicara dengan temannya, bertukar tempat duduk dan banyak gerak. 4. Z mengikuti permainan dengan kooperatif, semangat, memperhatikan, namun sering diajak bicara temannya. 5. Z antusias menceritakan pengalaman yang ada di kartu 6. Z mampu mengenali perilaku baik dan manfaatnya
Sesi 4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berpikir mengenai akibat sebelum melakukan perilaku-perilaku disruptif 2. Mengontrol emosi sehingga tidak melakukan perilaku disruptif 3. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Z mematuhi aturan kelompok yang sudah dibuat 2. Z mendengarkan, memahami dan mengikuti aturan permainan yang dijelaskan peneliti 3. Z bersemangat dan antusias dalam bermain. 4. Z mampu menarik kesimpulan dari permainan ini, R juga mampu mengaitkan permainan ini dengan kehidupan sehari-hari 5. Z berjanji akan menerapkan apa yang sudah dipelajari hari ini di kehidupan sehari-harinya di Sekolah
Sesi 5	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengontrol perilaku agresi terhadap teman dengan meningkatkan kemampuan untuk bekerjasama, menyelesaikan konflik serta empati. 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Z mendengarkan arahan dari peneliti mengenai aturan permainan dan mengikutinya 2. Z mengikuti aturan kelompok dengan baik, namun ia melanggar satu hal dimana ia mendorong temannya. 3. Saat bermain Z sangat antusias, lincah dan bersemangat 4. Z mampu bekerjasama dengan teman-teman kelompoknya 5. Z mampu mengkondisikan emosinya meski kalah berturut-turut 6. Z mampu menunjukkan empati terhadap

		<p>temannya yang kena bola</p> <p>7. Z mampu mengambil hikmah dari permainan yang dilakukan dan mengaitkan dengan kehidupan sehari-hari.</p> <p>8. Z berjanji untuk melakukan apa yang sudah dipelajari.</p>
Sesi 6	<p>1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap teman sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>1. Z mendengarkan arahan dari peneliti mengenai aturan permainan dan mengikutinya</p> <p>2. Z mengikuti aturan kelompok dengan baik, namun ia melanggar satu hal dimana ia berkata kotor</p> <p>3. Z bermain dengan antusias dan penuh semangat. Z memperhatikan teman-teman yang memberikan contoh misi. Z juga memberikan bantuan pada temannya</p> <p>4. Z mampu menyelesaikan misi yang didapatnya dan mencontohkan dengan penuh semangat. Ketika berhasil menyelesaikan misi di kartu ia terlihat puas dan senang</p> <p>5. Saat diejek ia merasa kesal, namun bisa menahan emosinya.</p> <p>6. Z mampu menyebutkan manfaat dan perilaku apa yang dipelajari di sesi ini. Z mampu mengaitkan dengan kegiatan sehari-hari</p> <p>7. Z berjanji untuk melakukan apa yang dipelajari di sekolah.</p>
Sesi 7	<p>1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap otoritas sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>1. Z mengikuti aturan kelompok dengan baik, namun ia melanggar satu hal dimana ia berkata kotor</p> <p>2. Z mengikuti aturan permainan dengan baik</p> <p>3. Z bermain dengan antusias, penuh semangat dan sesekali bermain dengan temannya</p> <p>4. Z mampu mencontohkan perilaku di kartu misi dengan baik.</p> <p>5. Z mampu mengontrol emosinya ketika hal yang diinginkan tidak sesuai dengan apa yang terjadi</p> <p>6. Z mampu menjelaskan manfaat dari permainan dan perilaku yang bisa dilakukan.</p> <p>7. Z berjanji untuk mengerjakan apa yang sudah dipelajari dari sesi awal hingga sesi ini di sekolah.</p>
Sesi 8	<p>1. Klien mengevaluasi dan menghargai perubahan yang ada pada dirinya berkaitan dengan perilaku disruptif.</p> <p>2. Klien meminta maaf pada teman-teman kelompok jika pernah melakukan kesalahan</p> <p>3. Klien berterimakasih pada orang yang berperan dalam hidupnya dengan menuliskan surat untuk dikirimkan selesai kegiatan.</p>	<p>1. Z mampu menilai usaha dan mengahragi dirinya yang sudah mau mengatur perilakunya, Z mengucapkan terimakasih pada dirinya sendiri</p> <p>2. Z meminta maaf pada ke 5 temannya di kelompok, dan memaafkan teman-temannya</p> <p>3. Z menuliskan surat rasa terimakasihnya secara umum dengan judul surat untuk penyemangat hidup</p>
Sesi 9	Mengakhiri proses intervensi	<p>1. Z mengikuti aturan kelompok yang disepakati bersama di awal.</p> <p>2. Z mampu menngulang apa saja yang sudah</p>

		<p>dipelajari dari sesi sebelumnya</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Z menceritakan kembali perubahan apa saja yang sudah dilakukan, seperti mengurangi berbicara kotor namu terkadang masih keceplosan ketika temannya mengaget atau memukul . Z juga mengatakan bahwa dirinya sekarang tidak lagi terlambat dan mengerjakan tugas sampai selesai. 4. Z memberikan kesan dan pesan mengenai kegiatan 5. Z mengisi DBS-PS sebagai <i>post test</i> untuk melihat perubahan setelah mengikuti terapi selama kurang lebih 2 minggu. 6. Z mengisi lembar evaluasi klien terhadap terapi dan terapis 7. Z menerima hadiah, motivasi dan penghargaan dari terapis, meski ia menjadi juara terakhir. Z mau berjanji untuk melanjutkan apa yang dilakukannya dan berusaha menepatinya.
--	--	--

HASIL INTRVENSI

Hasil intervensi dilakukan melalui observasi di kelas, wawancara subjek, guru dan teman sekelas, serta kuisioner SDSIT yang diisi oleh guru. Z yang awalnya mendapat skor 44 dengan kategori sedang, mengalami penurunan perilaku menjadi kategori rendah dengan skor 28. Semua aspek perilaku mengganggu mengalami penurunan dan termasuk dalam kategori rendah. Saat di kelas Z menyelesaikan tugasnya hingga selesai dan mengerjakan PR nya. Z juga memperhatikan dan menuruti apa yang dikatakan gurunya. Menurut temannya dan pengakuan dari Z, ia juga mulai mengurangi berbicara kotor di kelas. Z juga mengurangi perilaku mengejek temannya, hanya kadang-kadang keceplosan sedikit karena kebiasaan. Z tidak lagi bertengkar.

IDENTITAS SUBJEK 6

Nama/ Inisial : A
Jenis kelamin : Perempuan
Usia : 11 tahun
Kelas : 5 SD

HASIL ASESMEN

Asesmen dilakukan melalui observasi di kelas, wawancara subjek, guru dan teman sekelas, dan kuisioner SDSIT yang diisi oleh guru. Hasil skor SDSIT menunjukkan bahwa perilaku mengganggu A termasuk dalam kategori sedang dengan skor 43, dimana pada aspek agresi terhadap teman dan aspek gangguan pelanggaran A tergolong sedang dan pada aspek agresi terhadap otoritas sekolah termasuk dalam kategori rendah. Hasil asesmen menunjukkan. A sering mengejek dan bertengkar dengan temannya di sekolah baik perempuan maupun laki-laki. Saat di kelas A sering tidak menyelesaikan tugas yang diterima, tidak memperhatikan pelajaran, berbicara tanpa izin yang berakibat mengganggu kegiatan belajar mengajar di kelas,. A juga sering berbicara kasar di kelas.

Sesi	Tujuan	Hasil
Sesi 1	1. Klien dan terapis saling mengenal	1. A memperkenalkan diri (nama, hoby dan cita-citanya)
	2. Memberikan informasi berkaitan dengan kegiatan	2. A menerima informasi dengan baik dan memperhatikan
	3. Menentukan tujuan	3. A turut serta menyebutkan beberapa peraturan dan menyetujui semua peraturan yang di tulis
	4. Membentuk kontrak dan aturan kelompok	4. A mengikuti aturan yang sudah disepakati
	5. Melakukan evaluasi terhadap alasan seseorang melakukan suatu tindakan dan memberikan penilaian bahwa hal tersebut salah.	5. Hukuman yang disepakati ialah kehilangan satu sticker setiap melakukan 2 pelanggaran.
		6. A kesulitan membahas topik diskusi berkaitan dengan penyebab seseorang melakukan perilaku meganggu (Aspek agresi terhadap teman). Pada akhirnya A menjawab bahwa perilaku-perilaku yang ada adalah bentuk dari pembalasan.
		7. A mengakui pernah melakuakannya maupun menjadi korbannya, sehingga menyadari bahwa hal terebut merupakan hal buruk. Ketika A melakukan agresi pada temannya, temannya akan marah dan dia hanya bisa diam karena merasa bersalah, namun beberapa hari kemudia akan terulang.
		8. Saat mebahas topik baru (Gangguan pelanggaran), A mengatakan alasan dilakukannya karena hati sedang

		<p>buruk, tidak menyetujui aturan. Namun bukan aturannya yang salah. Saat ada aturan harusnya disepakati.</p> <p>9. A dan beberapa temannya mengatakan bahwa seseorang harus teliti, selain itu juga harus mengikuti aturan yang ada.</p> <p>10. Pada akhir sesi semua anggota dan peneliti menarik kesimpulan bahwa seseorang harus mampu mengatur dirinya agar tidak melakukan perilaku mengganggu.</p>
Sesi 2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengenalkan jenis dan macam-macam perilaku disruptif sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol perilaku. 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. A mendengarkan, memperhatikan, dan memahami aturan permainan yang disampaikan peneliti dengan baik dan mengikuti aturannya 2. A mengikuti aturan kelompok yang dibuat dengan baik 3. A antusias, semangat dan aktif dalam mengikuti permainan. Terkadang A melirik kartu teman 4. A antusias menceritakan pengalaman-pengalaman yang pernah dilakukan sesuai dengan kartu yang dibahas (Mencuri, tidak mengerjakan PR, terlambat, agresi verbal dan fisik pada teman, agresi pada guru saat tk, membuat guru menangis, tidak menednegarkan pelajaran, mencoret bangku, dll) serta akibat yang dirasakan setelah melakukan hal-hal tersebut seperti menyesal, kepikiran, dicoret mukanya oleh guru, dihukum berpanas-panasan, tidak dapat mengikuti pelajaran, dll) 5. A mengenali perilaku disruptif dan contoh-contohnya serta menyadari bahwa perilaku membawa dampak buruk untuk dirinya maupun orang lain.
Sesi 3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengenalkan macam-macam perilaku yang seharusnya dilakukan di kelas sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol perilaku disruptif. 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. A mendengarkan dan memahami aturan yang disampaikan terapis 2. A mengikuti aturan kelompok dan aturan permainan dengan baik dan penuh semangat 3. A menceritakan perilaku-perilaku baik yang ada di kartu sesuai dengan pengalamannya, serta bagaimana perilaku tersebut memberikan dampak. 4. A mengenali perilaku - perilaku baik yang merupakan kebalikan dari perilaku disruptif. A menyadari bahwa perilaku-perilaku inilah yang harus di terapkan.
Sesi 4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berpikir mengenai akibat sebelum melakukan perilaku-perilaku disruptif 2. Mengontrol emosi sehingga tidak melakukan perilaku disruptif 3. Memahami dan mengikuti aturan yang ada 	<ol style="list-style-type: none"> 1. A mendengarkan aturan dan arahan dari peneliti. kemudian mengikuti aturan tersebut dengan baik 2. A mengikuti aturan kelompok yang sudah disepakati di sesi awal, 3. A fokus, bersemangat dan antusias dalam mengikuti permainan 4. A menunjukkan empati pada teman yang merobohkan susunan balok 5. A mampu menjelaskan apa saja manfaat dari

		<p>permainan ini serta mengaitkannya dengan perilaku di sekolah</p> <p>6. A berjanji dirinya akan mengikuti apa yang dipelajari dan berubah menjadi lebih baik</p>
Sesi 5	<p>1. Mengontrol perilaku agresi terhadap teman dengan meningkatkan kemampuan untuk bekerjasama, menyelesaikan konflik serta empati.</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>1. Apatuh terhadap aturan kelompok</p> <p>2. A mendengarkan dan memahami aturan yang dijelaskan peneliti. R juga mengikuti aturan permainan dengan baik.</p> <p>3. A menerima anggota kelompoknya A menunjukkan antusiasme dan mampu bekerjasama, kompak dan kooperatif dengan anggota kelompoknya.</p> <p>4. A tetap bersemangat meski kelom[oknya kalah berkali-kali</p> <p>5. Setelah bermain, A aktif dan mampu mengambil pelajaran dari permainan dan menghubungkannya dengan kegiatan sehari-hari di sekolah.</p> <p>6. A berjanji untuk menerapkan apa yang sudah dipelajari selama ini.</p>
Sesi 6	<p>1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap teman sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>1. A mengikuti aturan kelompok yang sudah disepakati bersama, namun A melanggar satu aturan dengan berkata kasar untuk memarahi teman karena kesal.</p> <p>2. A fokus mendengarkan arahan dari peneliti mengenai aturan permainan dan mengikuti aturan sesuai yang dijelaskan.</p> <p>3. A bermain dengan antusias dan semangat.</p> <p>4. A mampu memberikan contoh namun ada satu kartu yang membuat A kebingungan sehingga ia gagal mencontohkannya.</p> <p>5. A mengingatkan temannya untuk sportif dan tidak membantu memberikan jawaban</p> <p>6. A memperhatikan temannya yang mencontohkan perilaku di kartu dan dapat memberikan <i>feedback</i>..</p> <p>7. A mampu mengambil hikmah dari permainan ini dan menyebutkan contoh perilaku di kartu dan solusinya.</p> <p>8. A mampu mengaitkan dengan keseharian di sekolah.</p> <p>8. A berjanji untuk menerapkan apa yang sudah dipelajari dari sesi pertama hingga sesi ini.</p>
Sesi 7	<p>1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap otoritas sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya</p> <p>2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada</p>	<p>1. A mengikuti aturan kelompok yang sudah disepakati bersama</p> <p>2. A mengikuti aturan permainan dengan baik dan sportif. .</p> <p>3. A mengingatkan teman untuk sportif dan mentaati peraturan</p> <p>4. A mampu menyusun strategi dimana ia mempraktekkan misi dari kartu dengan benar atau salah sesuai dengan kebutuhan pionnya untuk maju atau mundur menghindari penjara.</p> <p>5. A mampu menahan emosi ketika ia kesal karena mendapatkan kartu misi terus-menerus.</p> <p>6. A tertawa dan senang ketika temannya mendapatkan kartu.</p> <p>7. A mampu mengambil hikmah dari permainan ini dan menyebutkan contoh perilaku di kartu dan solusinya.</p> <p>A mampu mengaitkan dengan keseharian di sekolah.</p>

		8. A berjanji untuk menerapkan apa yang sudah dipelajari dari sesi pertama hingga sesi ini.
Sesi 8	<ol style="list-style-type: none"> 1. Klien mengevaluasi dan menghargai perubahan yang ada pada dirinya berkaitan dengan perilaku disruptif. 2. Klien meminta maaf pada teman-teman kelompok jika pernah melakukan kesalahan 3. Klien berterimakasih pada orang yang berperan dalam hidupnya dengan menuliskan surat untuk dikirimkan selesai kegiatan. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. A mampu menilai usaha dan menghargai dirinya yang sudah mau mengatur perilakunya dengan sedikit dorongan, A mengucapkan terimakasih pada dirinya sendiri 2. A meminta maaf pada ke 5 temannya di kelompok dengan malu-malu, dan memaafkan teman-temannya 3. A menuliskan surat rasa terimakasihnya untuk peneliti dan gurunya. A menekankan pada peneliti agar membukanya di rumah. Surat untuk wali kelasnya dititipkan pada peneliti agar disampaikan pada gurunya.
Sesi 9	Mengakhiri proses intervensi	<ol style="list-style-type: none"> 1. A mengikuti aturan kelompok yang sudah disepakati 2. A mampu mengulang apa saja yang sudah dipelajari dari sesi sebelumnya 3. A menceritakan kembali perubahan apa saja yang sudah dilakukan, seperti mengurangi berbicara kotor tapi ketika terkejut kadang masih suka keceplosan, dia tidak lagi memukul temannya, hanya sekali selama dua minggu ini karena refleks setelah diduduki temannya, tidak lagi mencorat-corek meja untuk berhitung. . 4. A tetap tenang ketika ada temannya yang berdebat dan berusaha mendamaikan 5. A memberikan kesan dan pesan mengenai kegiatan 6. A mengisi lembar DBS-PS sebagai post test untuk melihat perubahan setelah mengikuti terapi selama kurang lebih 2 minggu. 7. A mengisi lembar evaluasi klien terhadap terapi dan terapis 8. Sebagai juara ke 3, A menerima hadiah, motivasi dan penghargaan dari terapis. 9. A senang dengan perubahannya dan berjanji untuk meneruskan apa yang sudah dipelajarinya.

HASIL INTERVENSI

Hasil intervensi dilakukan melalui observasi di kelas, wawancara subjek, guru dan teman sekelas, serta kuisioner SDSIT yang diisi oleh guru. A yang awalnya mendapat skor 43 dengan kategori sedang, mengalami penurunan perilaku menjadi kategori rendah dengan skor 24. Semua aspek perilaku mengganggu mengalami penurunan dan termasuk dalam kategori rendah. Saat di kelas A menyelesaikan tugasnya hingga selesai dan mengerjakan PR nya. Menurut temannya A mengalami

perubahan dimana ia mnejadi lebih kalem dan tidak suka mengatur lagi. Iia juga mulai mengurangi berbicara kotor dan mengejek di kelas. 10 hari pasca terminasi A mempertahankan perubahannya dengan baik. Teman dan gurunya mengatakan bahwa A banyak menunjukkan perubahan. A tidak lagi suka marah-marah dan berkata kasar, selain itu tugas yan diterimanya juga diselesaikan. A tidak lagi merusak fasilitas sekolah seperti mencorat-coret bangku.



Lampiran 14. Bagan Perubahan



Lampiran 15. Diagram perbedaan peraspek dan jenis kelamin

Diagram Perubahan Aspek

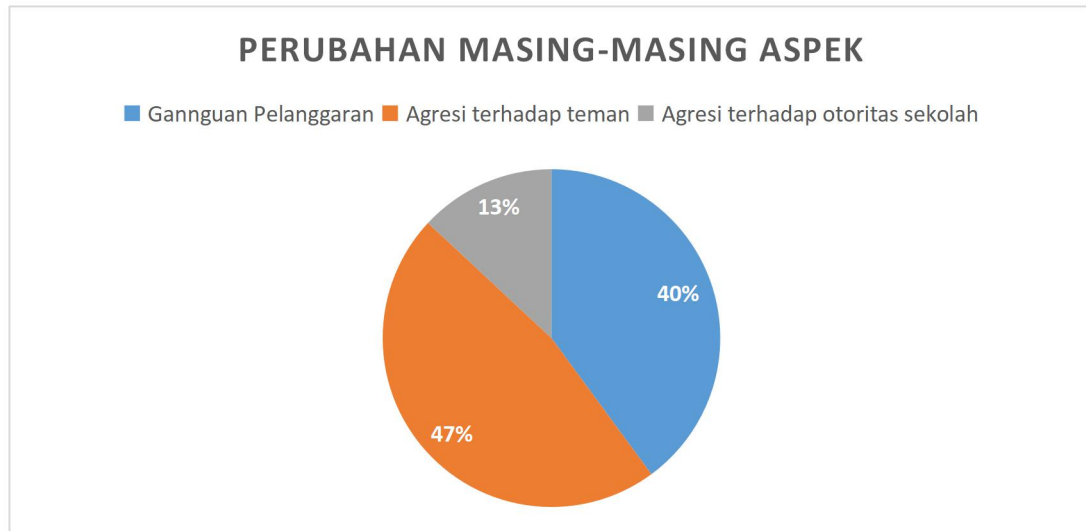


Diagram Perbandingan Perubahan Antar Jenis Kelamin



SELF-REGULATION PLAY THERAPY GUIDE



*Fatimah Azzahra
Latipun
Rr. Siti Suminarti F.*

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Hidayah-Nya seingga penulis dapat menyelesaikan panduan atau modul untuk Terapi Bermain Regulasi Diri (*Self-Regulation Play Therapy*) ini. Dalam proses penyelesaian rancangan ini, penulis telah berusaha semaksimal mungkin dan banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan, serta motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berpartisipasi dalam penyusunan terapi ini.

Buku panduan ini berisi panduan dan langkah-langkah pelaksanaan terapi bermain regulasi diri. Harapan dari penulisan buku panduan ini ialah mempermudah siapa saja yang hendak melaksanakan terapi yang disusun oleh penulis. Tidak hanya pelaksanaan terapi bermain regulasi diri saja, melainkan latar belakang dan dasar terbentuknya terapi ini.

Penulis menyadari tiada satupun karya manusia yang sempurna, sehingga kritik dan saran demi perbaikan karya ini sangat diharapkan. Meski demikian, penulis berharap semoga rancangan ini dapat membantu dan bermanfaat bagi peneliti khususnya dan pembaca pada umumnya.

Malang, Oktober 2019

Penulis

BAGIAN I

LATAR BELAKANG

Sudah menjadi hal yang umum bila kita melihat anak-anak yang memiliki masalah perilaku di sekolah. Masalah tersebut antara lain ialah membolos, tidak mau menjawab pertanyaan, membuat gaduh, serta perilaku lain yang seharusnya tidak dilakukan. Perilaku tersebut merupakan perilaku mengganggu yang dikenal dengan nama perilaku disruptif (*disruptive behavior*).

Dampak dari masalah perilaku ini dirasakan oleh orang-orang di sekitarnya seperti guru dan teman-teman sekelasnya yang merasa terganggu dengan perilaku tersebut. Bukan hanya guru dan teman, perilaku ini juga menjadi beban untuk keluarga, orang tua dan masyarakat. Penelitian sebelumnya membuktikan bahwa seperempat dari total populasi anak di Kanpur memiliki masalah perilaku seperti kecemasan, hiperaktif, argumentativeness, dan ide-ide perfeksionis selama skrining awal dan anak-anak ini membutuhkan perhatian, hasil ini sejalan dengan penelitian terdahulu diberbagai negara lain (Gupta, Mongia, & Garg, 2017). Penelitian lain juga melaporkan bahwa sekitar 10 hingga 26% anak-anak di negara maju dan berkembang memiliki masalah perilaku. (Akpan, Ojinnaka, & Ekanem, 2010).

Salah satu perilaku yang dapat dikatakan sebagai masalah perilaku anak, ialah perilaku buruk di sekolah. Perilaku buruk di sekolah meningkat dengan pesat dalam dua dekade terakhir (Dalgıç & Bayhan, 2014). Masalah ini tegolong cukup berat dan tidak dapat dihindari. Selain itu masalah perilaku buruk anak juga dapat menghabiskan waktu guru untuk mengajar di kelas untuk memeberikan perhatian lebih kepada anak tersebut dan berakibat pada pengalaman belajar siswa yang lain juga. Sekolah menganggap masalah perilaku adalah masalah yang harus ditangani sesegera mungkin (Yuan & Che, 2012).

Dampak umum yang muncul akibat permasalahan perilaku ialah dalam hal pencapaian akademik, seperti nilai yang rendah (Kremer, Flower, Huang, & Vaughn, 2016). Masalah perilaku yang muncul di masa kecil seperti, membuat masalah, perilaku oposisi, dan kelalaian dapat berdampak negatif pada kesejahteraan jangka panjang yang berhubungan dengan masalah sekolah, pekerjaan, pengucilan sosial, dan kesehatan yang buruk (Tømmerås & Kjøbli, 2017). Dampak-dampak tersebut menunjukkan bahwa masalah perilaku dapat memengaruhi masa depan anak yang

mengalami masalah perilaku. Oleh karena itu masalah ini perlu ditangani secara efektif dan segera untuk mencegah dampak tersebut.

Perlu mengetahui apa yang menjadi akar munculnya permasalahan ini untuk mengatasi masalah ini. Beberapa penyebab umum dari perilaku ini, pertama ialah disebabkan oleh anak itu sendiri seperti mencari perhatian dan kesulitan dalam belajar, yang kedua ialah hubungan dengan guru, yang terakhir adalah lingkungan (Yuan & Che, 2012). Selain itu ketidak mampuan seseorang meregulasi diri juga dapat menyebabkan masalah perilaku (Berger, 2011).

Melihat permasalahan yang ada serta akibat yang ditimbulkan, perlu dilakukan intervensi untuk mengurangi masalah tersebut. Dengan mengetahui penyebab masalah perilaku anak, maka dapat dikembangkan cara untuk mencegah dan menanganinya. Cara yang umum digunakan di sekolah ialah menggunakan *behavior management* atau manajemen perilaku (Maclean-blevins, 2013).

Manajemen perilaku merupakan layanan langsung yang dibuat untuk membantu anak atau remaja dalam mengembangkan dan mempertahankan perilaku prososial di rumah, sekolah, maupun masyarakat. Program ini berdasar pada rencana layanan yang dipersonalisasi dan bertujuan untuk meningkatkan kemampuan individu untuk berhubungan dengan pengasuh serta orang lain (Johnson et al., 2014). Strategi ini menggunakan cara menghukum anak ketika anak melakukan perilaku yang tidak diinginkan, tetapi mengabaikan perilaku yang diinginkan. Strategi tersebut gagal memperkuat perilaku anak untuk memonitor perilakunya, padahal hal ini diperlukan anak untuk keberhasilannya dalam pembelajaran (Maclean-blevins, 2013).

Terapi perilaku ialah salah satu intervensi yang umum dilakukan untuk mengatasi perilaku disruptif. Namun, perubahan perilaku melibatkan tidak hanya mengadopsi pola perilaku baru namun juga mengekang pola perilaku sebelumnya (Baumeister, Campbell, Krueger, & Vohs, 2003). Penggunaan penguatan (*reinforcement*) dari orang lain juga dianggap kurang ampuh dalam mengatasi masalah perilaku mengganggu ini jika dibandingkan dengan penguatan dari dalam dirinya. (Bolstad & Johnson, 1972). Oleh karena itu terapi perilaku dirasa kurang dapat mengatasi perilaku disruptif sampai pada akar permasalahannya, terutama yang berkaitan dengan kemampuan individu dalam meregulasi atau mengatur dirinya.

Keterampilan dalam meregulasi diri dinilai lebih sesuai untuk mengatasi masalah internal anak dengan masalah perilaku. Anak yang mampu meregulasi diri akan mampu mengontrol emosi dan perilakunya. Hubungan antara regulasi diri dan masalah perilaku eksternal ditemukan di penelitian jangka panjang, dimana anak dengan regulasi diri yang rendah cenderung memiliki masalah perilaku, seperti agresivitas terhadap teman sebayanya. Hal ini juga ditemukan di masa remaja (Berger, 2011).

Keterampilan meregulasi diri pada anak merupakan hal yang penting, sehingga perlu dikembangkan. Pengaruh kuat dari kemamouan meregulasi diri memberikan efek baik seperti kesiapan sekolah, membangun hubungan dengan teman sebaya, menghindari perilaku buruk dan pola makan sehat (Bandy & Moore, 2010). Perkembangan regulasi diri berkaitan erat bahkan melekat pada konteks sosial. Contohnya, tingkat regulasi diri yang rendah, akan mempengaruhi gaya pengambilan keputusan kognitif impulsif, tingkat rangsangan emosional yang lebih tinggi, sertatingkat aktivitas perilaku yang lebih tinggi (Novak & Clayton, 2001).

Tujuan

Tujuan dari dirancangnya pedoman ini ialah sebagai panduan pelaksanaan terapi bermain regulasi diri. Terapi bermain ini dibentuk sebagai sebagai bentuk penanganan terhadap perilaku mengganggu anak. Penanganan ini dilakukan dengan meningkatkan regulasi diri pada anak agar mereka mampu mengendalikan diri, terutama dalam hal koginitif, emosi dan perilakunya.

BAGIAN II

KAJIAN PUSTAKA

Perilaku Disruptif

Perilaku disruptif atau mengganggu (*disruptive behavior*) merupakan salah satu bentuk dari masalah perilaku. Masalah perilaku tidak memiliki batasan yang jelas mengenai siapa saja yang dapat mengalami masalah ini dan siapa yang tidak. Konsep masalah perilaku perlu mempertimbangkan keparahan, frekuensi, dimana hal ini terjadi dan apakah hal ini permanen atau hanya sementara (Gundersen, 2010). Memberikan batasan perlu dilakukan untuk mengkategorikan siapa saja yang dapat dikategorikan sebagai anak yang memiliki masalah perilaku.

Masalah perilaku buruk di sekolah merupakan salah satu bagian dari perilaku bermasalah anak yang telah diberi batasan tertentu. Perilaku ini dikonseptualisasikan secara konsisten sebagai perilaku yang mengganggu proses belajar mengajar atau mengganggu ketertiban ruang kelas menyebabkan kesulitan untuk guru, mengganggu keterampilan mengajar guru yang bersangkutan, dan mengarahkan guru untuk terus memberikan komentar kepada siswa (Aloe, Shisler, Norris, Nickerson, & Rinker, 2014; Dalgıç & Bayhan, 2014; Yuan & Che, 2012).

Perilaku yang termasuk perilaku mengganggu ialah perilaku yang membutuhkan pengawasan secara terus menerus, tidak mendengarkan arahan, sering bermain dengan alat tulis, dan barang-barang lainnya, lambat dalam memulai pekerjaan, berbicara tidak pada gilirannya, tidak termotivasi, mudah teralihkan dari pekerjaannya, sering mencari perhatian dan mencegah orang lain belajar dengan berbicara kepada mereka, menyentuh mereka, atau mengganggu peralatan sekolah teman seperti buku. Tidak hanya itu perilaku lain yang termasuk ialah agresi, perkelahian, kegagalan diri sendiri, mengganggu pekerjaan anak-anak lain, merusak properti sendiri, *bullying*, vandalisme, berlarian di kelas dan merusak perabotan kelas (Dalgıç & Bayhan, 2014).

Perilaku mengganggu terbagi menjadi tiga faktor (Veiga & Lisboa, 2008), yaitu:

- 1) *Distraction – transgression* (gangguan pelanggaran)

Gangguan pelanggaran mencakup acuan khusus pada gangguan dan kelalaian, ejekan di di kelas maupun sekolahm serta membolos.

2) *Schoolmater aggression* (agresi teman sekolah)

Agresi teman sekolah merujuk pada beberapa perilaku seperti serang fisik atau verbal terhadap teman maupun material di sekolah.

3) *Aggression to school authorities* (agresi otoritas sekolah)

Agresi otoritas sekolah berfokus pada perilaku-perilaku agresi fisik atau verbal terhadap guru, perampokan di sekolah, dan perilaku provokatif di sekolah, seperti mabuk atau dibawah pengaruh obat-obatan saat pergi ke sekolah

Regulasi Diri

Regulasi diri merupakan salah satu istilah yang dikenalkan oleh Bandura. Regulasi diri tidak hanya memediasi sebagian besar pengaruh eksternal, tetapi juga memberikan dasar untuk tindakan yang terarah atau memiliki tujuan (Bandura, 1991). Regulasi diri secara umum mengarah pada kemampuan untuk meregulasi perilaku, emosi, dan kognitif (Bridgett, Oddi, Laake, Murdock, & Bachmann, 2013).

Regulasi diri mengintegrasikan tiga proses yaitu:

1) **Regulasi Kognitif**

Hal ini mengacu pada fungsi eksekutif seperti memperbarui, menghambat dan merubah perhatian secara fleksibel. Dari perspektif kognitif, fungsi eksekutif merupakan dasar proses neurokognitif tingkat atas yang mengatur regulasi diri kognitif (Ludwig, Haindl, Laufs, & Rauch, 2016). Hal yang termasuk regulasi kognitif adalah perhatian terfokus, fungsi eksekutif (fleksibilitas kognitif dan pergeseran mental), penetapan tujuan, pemantauan diri sendiri, atribusi dan penilaian, pemecahan masalah, pengambilan perspektif (teori pikiran dan orientasi masa depan), serta pengambilan keputusan (Murray, Rosanbalm, Christopoulps, & Hamoudi, 2015).

2) **Regulasi Perilaku**

Hal ini mengacu pada kemampuan dan kepatuhan pengendalian diri seseorang. Seperti, kemampuan untuk menginternalisasi aturan dan standar serta menghambat respons perilaku dominan yang tidak sesuai dengan aturan dan standar tersebut maupun yang tidak sesuai dengan tuntutan dari lingkungan. Regulasi diri perilaku pada anak-anak

menggambarkan perilaku seperti mematuhi aturan, mendengarkan orang lain tanpa mengganggu mereka, serta bisa menunggu giliran. Regulasi perilaku berkaitan dengan hasil sosial positif dan yang diinginkan, seperti hubungan positif antara teman sebaya dan perilaku sosial yang sesuai (Ludwig et al., 2016). Hal lain yang termasuk dalam regulasi perilaku adalah mengikuti aturan, penundaan kepuasan, kegigihan, kontrol impuls, resolusi konflik, diberlakukannya strategi koping aktif (misalnya, melakukan sesuatu seperti aktivitas fisik, menarik napas dalam-dalam, atau mencari dukungan), dan perilaku berorientasi tujuan (misalnya, mengatur waktu untuk menyelesaikan tugas). Kurangnya pengaturan diri dapat mengakibatkan berbagai kesulitan kesehatan mental; pada anak-anak dan remaja itu paling dapat diamati dalam perilaku impulsif, agresif, kesulitan atensi, penarikan, melukai diri sendiri, dan keterlibatan dalam perilaku berisiko seperti penggunaan narkoba (Murray et al., 2015).

3) Regulasi Emosi

Regulasi emosi ini mengacu pada pengalaman dan ekspresi emosi seseorang. Kemampuan untuk mengatur emosi merupakan hal yang penting untuk membangun dan memelihara hubungan sosial serta memenuhi tuntutan situasional maupun harapan sosial seperti dalam konteks sekolah atau dalam mencapai tujuan. Anak dengan keterampilan ini tidak akan mudah merasa frustrasi saat sesuatu tidak berjalan sesuai dengan harapannya (Ludwig et al., 2016). Regulasi emosi berkaitan dengan mengelola perasaan yang kuat dan tidak menyenangkan secara aktif dan menghasilkan fungsi adaptif dalam situasi yang membangkitkan emosi. Ini membutuhkan kesadaran dan pemahaman tentang perasaan dan melibatkan strategi menenangkan diri serta toleransi atau pengelolaan tekanan internal. Hal ini juga mendukung empati dan kasih sayang untuk diri sendiri dan orang lain (Murray et al., 2015).

Regulasi diri membuat individu mampu menyadari dan mengelola emosi, menetapkan dan bekerja menuju tujuan positif, mempertahankan hubungan positif, membuat keputusan yang bertanggung jawab, dan mengelola pengalaman

interpersonal dengan cara yang tepat dan positif (Vaughn, 2014). Dengan kemampuan untuk meregulasi diri, individu mampu mengatur tingkah lakunya sendiri.

Anak-anak dengan kisaran usia 11 hingga 14 tahun memiliki karakteristik regulasi diri yang berbeda dengan kategori usia lainnya. Pada usia tersebut mereka menjadi lebih reaktif terhadap stres daripada anak-anak yang lebih muda maupun orang yang lebih tua (Murray et al., 2015). Beberapa hal merupakan karakteristik regulasi diri pada usia ini ialah peningkatan fokus dan penyelesaian tugas, perilaku yang lebih berorientasi pada tujuan dan pemantauan diri, mengatur perilaku yang lebih kompleks dan mengatur waktu secara lebih mandiri. Selain itu mereka menggunakan strategi untuk mengelola kesusahan, gairah emosional lebih kuat dari kontrol kognitif, pencarian imbalan yang kuat dengan ketakutan yang relatif rendah, pengambilan keputusan yang buruk (Murray et al., 2015).

Ada tiga proses yang dapat digunakan untuk meregulasi diri individu. 1) memanipulasi faktor eksternal, 2) memonitor diri dan 3) mengevaluasi tingkah laku internal. Tingkah laku merupakan hasil dari pengaruh resiprokal faktor eksternal dan internal (Alwisol, 2012).

Faktor eksternal memengaruhi regulasi diri dengan dua cara

- 1) Memberi standar untuk mengevaluasi tingkahlaku.

Faktor dari lingkungan yang berinteraksi dengan nilai pribadi membentuk sebuah standar untuk individu. Contohnya adalah anak yang belajar dari guru dan orang tua mengenai tingkah laku apa yang boleh dan tidak boleh, dan mana hal yang baik dan buruk (Alwisol, 2012).

- 2) Memberikan penguatan untuk memengaruhi regulasi diri seseorang

Kepuasan tidak selalu didapat dari hadiah berupa benda, melainkan penguatan dari lingkungan eksternal. Standar tingkahlaku dan penguatan biasanya saling berkaitan. Ketika individu bisa mencapai standar tingkahlaku yang sudah ditetapkan, perlu diberikan penguatan agar perilaku tersebut muncul kembali (Alwisol, 2012).

Faktor internal regulasi diri:

- 1) Observasi diri

Dilaksanakan berdasarkan faktor kualitas dan kuantitas penampilan, orisinalitas perilaku individu, dan seterusnya. Hal ini menunjukkan bahwa

orang mampu memonitor performansinya, meski tidak sempurna (Alwisol, 2012).

2) Proses penilaian tingkah laku

Proses ini dilakukan dengan cara menilai kesesuaian tingkah laku dengan standar pribadi, kemudian membandingkan dengan norma standar, menilai berdasarkan tingkat kepentingan suatu aktifitas dan memberi atribusi performa (Alwisol, 2012).

3) Reaksi diri afektif, dari hasil pengamatan dan penilaian

Individu akan menghadiahi atau menghukum diri sendiri (Alwisol, 2012).

Kemampuan regulasi diri yang baik memiliki banyak efek positif, termasuk kesiapan sekolah, prestasi akademik, perilaku sehat, kesehatan fisik dan mental. Sebaliknya, regulasi diri yang buruk dikaitkan dengan hasil yang merugikan seperti perilaku berisik, gangguan kejiwaan, ketergantungan zat, kejahatan dan pengangguran (Pandey, Hale, Goddings, Blakemore, & Viner, 2017). Oleh karena itu regulasi diri pada anak merupakan hal yang penting.

Regulasi diri anak dapat ditingkatkan dengan menggunakan intervensi yang sesuai. Banyak jenis intervensi yang digunakan oleh orang-orang dalam bidang psikologi. Intervensi psikologi dapat dilakukan baik secara individu, keluarga, kelompok maupun komunitas. Masing-masing intervensi memiliki pendekatannya masing-masing. Salah satu intervensi yang cukup sering digunakan terutama pada anak-anak adalah intervensi dengan melakukan terapi bermain.

Terapi Bermain Regulasi Diri untuk Mengurangi Perilaku Disruptif

Bermain merupakan saran untuk mengatasi permasalahan agresi, mempelajari keterampilan dasar bertahan hidup, belajar perilaku sosial (permainan kompetitif dan kooperatif), serta relaksasi yang dapat diterima secara umum (Mostowfi, Koleini, & Khorramar, 2016). Terapi bermain digunakan sebagai jalan untuk membantu anak menghadapi distressnya dengan menggunakan permainan sebagai media komunikasi antara anak dan terapis (Cattanach, 2003).

Terapi bermain dapat membantu anak dan terapis memiliki hubungan yang dinamis selama berlangsungnya proses terapi. Terapis menyediakan peralatan yang diperlukan dalam permainan dan memfasilitasi terapi dengan mengembangkan hubungan yang aman untuk mengembangkan dan mengeksplorasi diri (Landreth,

2001). Saat menggunakan permainan dengan aturan, urutan perkembangan permainan harus diperhitungkan. Saat anak-anak menjadi lebih tua, mereka dapat memainkan permainan dengan aturan-aturan yang lebih kompleks (Savina, 2014).

Permainan disajikan dengan terstruktur serta memberikan lebih banyak tuntutan pada kemampuan kognitif dan pengaturan diri seseorang. Dalam permainan dengan aturan, anak-anak tidak hanya mengetahui hasil aktivitas mereka, tetapi juga bagaimana mencapai hasil tersebut. Dengan begitu, mereka memperoleh pengetahuan prosedural mengenai apa yang mereka lakukan. Anak-anak juga mempraktikkan kepatuhan terhadap aturan kelompok, berurusan dengan negasi, pelanggaran aturan, dan penalaran moral (Savina, 2014).

Terapi bermain regulasi diri ini dilakukan dengan teman sebaya secara berkelompok. Hubungan teman sebaya merupakan hal penting dalam perkembangan anak dan selalu menjadi pusat dalam psikologi perkembangan. Hubungan dengan teman sebaya merupakan hal penting. Hubungan ini penting terutama dalam perkembangan sosial, belajar bagaimana bergaul dengan orang lain, menggabungkan kebutuhan individu dengan kebutuhan struktur sosial yang lebih besar, belajar bagaimana menerima bantuan dan dukungan, menyelaraskan diri dengan budaya rekan yang lebih besar, dan membuatnya dapat melalui masa ketika keadaan menjadi sulit. Teman sebaya dianggap penting untuk perkembangan kognitif, afektif, dan perilaku. Selain itu teman sebaya juga digambarkan sebagai hal penting untuk pengembangan identitas (Kindermann, 2016).

BAGIAN III

PROTOKOL TERAPI BERMAIN REGULASI DIRI

Terapi bermain regulasi diri dilakukan secara berkelompok. Pelaksanaan terapi ini membangun hubungan terapeutik antara terapis dengan peserta/ klien dalam kelompok. Terapis mengajak klien menyelesaikan permasalahan yang dialaminya dengan mengajak klien untuk bermain bersama sehingga klien dapat mengerti dirinya dan mengurnagi perilaku mengganggu.

Pendekatan

Terapi bermain regulasi diri ini dibentuk dengan berdasar pada regulasi diri dan pendekatan belajar sosial (*social learning*). Pendekatan belajar sosial berdasar pada konsep regulasi diri atau berfikir. Menurut Bandura, manusia merupakan pribadi yang dapat mengatur diri sendiri, mengatur lingkungan untuk mempengaruhi perilaku, membentuk dukungan kognitif, serta memberikan konsekuensi pada dirinya sendiri (Alwisol, 2012).

Tujuan

Tujuan protokol ini ditulis ialah untuk memberikan arahan pada terapis yang akan menggunakan terapi bermain regulasi diri ini. Terapi bermain berbasis regulasi diri ini ialah terapi yang dibentuk untuk meningkatkan regulasi diri sehingga dapat menurunkan atau menghilangkan perilaku mengganggu anak-anak di sekolah.

Sasaran

Sasaran dari terapi ini ialah anak-anak yang berperilaku mengganggu di sekolah. Ada beberapa kriteria yang harus dipenuhi untuk menjadi klien dalam terapi ini, antara lain:

- a. Klien berusia diantara 11 hingga 12 tahun, duduk di bangku Sekolah Dasar.
- b. Klien berperilaku mengganggu di sekolah, selama setidaknya 1 bulan, dilihat dari skala yang diisi oleh klien dan guru kelas. Hasil dari kuisioner perilaku mengganggu termasuk dalam kategori sedang hingga tinggi.
- c. Klien mampu mengikuti kegiatan secara berkelompok
- d. Klien mampu membaca dan menulis
- e. Klien memiliki pemahaman yang cukup atau baik
- f. Klien bersedia mengikuti seluruh kegiatan, serta adanya persetujuan dari orang tua dan pihak sekolah.

Waktu

Terapi ini dilaksanakan dalam 9 kali sesi. Setiap pertemuan dapat diisi dengan beberapa sesi, tergantung dengan situasi. Setiap sesi berlangsung selama 60 menit.

Klien dan Terapis

Jumlah klien dalam kelompok terapi bermain ini ialah 6 anak. Pelaksanaan terapi ini dapat dilakukan oleh terapis dan dibantu observer. Observer ialah orang yang mampu membantu terapis melihat dan mencatat perilaku klien selama kegiatan tanpa turut serta dalam kegiatan terapi. Terapi ini juga dapat diberikan oleh guru sekolah maupun lulusan S1 psikologi yang sudah mendapat pelatihan mengenai terapi ini.

Posisi Kegiatan

Dalam pelaksanaannya, terapi ini dilakukan dengan duduk dan sesekali berdiri sesuai dengan aturan permainan. Kegiatan mulai dilaksanakan dengan posisi duduk melingkar. Terapis juga turut serta didalam posisi tersebut. Posisi Observer berada di sudut ruangan. Terapis perlu memperhatikan dan mengarahkan posisi selama kegiatan berlangsung.



Pola kegiatan setiap pertemuan

Setiap pertemuan memerlukan waktu 60 menit, dengan pola kegiatan sebagai berikut:

- 1) Pembukaan = 5 menit
- 2) Kegiatan Kelompok = 40 menit
- 3) Umpan balik proses kegiatan = 10 menit
- 4) Penutup = 5 menit

Rincian pola kegiatan

1. Pembukaan
 - a) Informasi berkaitan dengan hasil kegiatan sebelumnya.
 - b) Penjelasan mengenai rencana terapi bermain kelompok yang hendak dilaksanakan.
2. Kegiatan kelompok
 - a) Terapis menjelaskan tatacara permainan yang akan dilakukan oleh klien
 - b) Klien bermain bersama anggota kelompok
 - c) Klien menyebutkan hal apa saja yang didapat dari permainan tersebut
3. Umpan balik terhadap proses kegiatan
 - a) Seluruh klien memberikan kesan dan komentar terhadap kegiatan yang telah dilakukan.
 - b) Evaluasi terhadap kegiatan dan hasil terapi
4. Penutup
 - a) Kesimpulan oleh terapis
 - b) Informasi mengenai kegiatan atau sesi berikutnya.

Rancangan Kegiatan Terapi Bermain

Rancangan ini dibuat sebagai petunjuk mengenai pelaksanaan model terapi bermain ini. Keadaan dilapangan akan berpengaruh pada pelaksanaan terapi. Oleh karena itu dibentuk pedoman untuk kegiatan terapi bermain ini, sebagai acuan dalam pelaksanaan terapi ini. Rancangan terapi ini dapat dilihat dalam tabel 1. Rancangan tersebut dideskripsikan lebih lanjut sebagai berikut:

Sesi 1 : *Building Rapport* dan Kontrak

Tujuan dari sesi ini ialah 1) pengenalan dan membangun *rapport*, 2) memberikan informasi mengenai apa yang akan dilakukan selama beberapa sesi kedepan dan 3)

membentuk dan menyepakati kontrak serta aturan kelompok yang harus ditaati selama kegiatan berlangsung.

Target :

1. Terapis dan klien saling mengenal
2. Klien mendapat informasi mengenai intervensi yang dilakukan
3. Terbentuknya tujuan dan aturan kelompok
4. Mempersiapkan klien untuk mengikuti sesi-sesi berikutnya

Alat dan Bahan :

1. Alat Tulis
2. Kertas

Langkah Kegiatan :

1. Pembukaan (5 menit)

Terapis dan klien berkumpul dalam satu ruangan yang disediakan untuk melaksanakan kegiatan. Terapis dan klien memulai kegiatan dengan berdoa.

Tabel 1. Rancangan kegiatan

Sesi	Tujuan
Sesi 1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Klien dan terapis saling mengenal 2. Memberikan informasi berkaitan dengan kegiatan 3. Menentukan tujuan 4. Membentuk kontrak dan aturan kelompok 5. Mempersiapkan klien untuk mengikuti sesi-sesi intervensi
Sesi 2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengenalkan jenis dan macam-macam perilaku disruptif sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol perilaku. 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada
Sesi 3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengenalkan macam-macam perilaku yang seharusnya dilakukan di kelas sehingga dapat diinternalisasi dan digunakan untuk mengontrol perilaku disruptif. 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada
Sesi 4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berpikir mengenai akibat sebelum melakukan perilaku-perilaku disruptif 2. Mengontrol emosi sehingga tidak melakukan perilaku disruptif 3. Memahami dan mengikuti aturan yang ada
Sesi 5	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengontrol perilaku agresi terhadap teman dengan meningkatkan kemampuan untuk bekerjasama, menyelesaikan konflik serta empati. 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada
Sesi 6	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap teman sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada
Sesi 7	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap otoritas sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya 2. Memahami dan mengikuti aturan yang ada
Sesi 8	Klien mengevaluasi dan menghargai perubahan yang ada pada dirinya berkaitan dengan perilaku disruptif. Klien berterimakasih pada dirinya serta orang yang membantunya.
Sesi 9	Mengakhiri proses intervensi

2. Kegiatan Kelompok (40 menit)

Terapis dan terapis pendamping memperkenalkan diri kepada klien. Diikuti dengan klien memperkenalkan diri. Terapis menyampaikan tujuan dan kegiatan yang akan dilakukan selama beberapa pertemuan kedepan. Klien membuat kontrak dan aturan yang harus disepakati selama sesi terapi berjalan. Terapis meminta kesediaan klien untuk mengikuti seluruh kegiatan. Klien mendiskusikan topik topik yang diberikan oleh terapis mengenai alasan seseorang melakukan perilaku mengganggu. Hal ini dilakukan untuk mempersiapkan klien meghadapai sesi berikutnya.

3. Umpan Balik (10 menit)

Klien secara bergantian mengutarakan komentar dan perasaanya selama menjalani kegiatan. Klien bertanya mengenai kegiatan yang telah dilakukan. Terapis menjawab pertanyaan yang diajukan oleh klien dan memberikan umpan balik secara umum mengenai kegiatan.

4. Penutup (5 menit)

Terapis dan klien mengakhiri dengan mengatur jadwal untuk pertemuan selanjutnya. Kegiatan ditutup dengan berdoa bersama.

Sesi 2 : Permainan kartu perilaku I

Tujuan dari sesi ini ialah mengajak klien 1) mengenali perilaku-perilaku apa saja yang termasuk perilaku mengganggu dan akibat dari perilaku tersebut, 2) menginternalisasi aturan atau standar masyarakat berkaitan dengan perilaku mengganggu, dan 3) mengontrol perilaku sesuai dengan aturan permainan.

Target :

1. Klien mengenali perilaku disruptif dan menginternalisasikan ke dalam dirinya
2. Klien mampu mengikuti aturan

Alat dan Bahan

1. Dadu
2. 1 Set Kartu Permainan

Langkah Kegiatan :

1. Pembukaan (5 menit)

Terapis dan klien berkumpul dalam satu ruangan yang disediakan untuk melaksanakan kegiatan. Terapis dan klien memulai kegiatan dengan berdoa.

2. Kegiatan Kelompok (40 menit)

Klien menerima penjelasan mengenai aturan permainan yang akan dilakukan. Klien menjalankan permainan sesuai dengan aturan yang sudah dijelaskan. Klien mengocok dadu untuk menentukan urutan pemain pertama. Pemain dengan angka tertinggi akan memulai permainan.

Terapis menyembunyikan satu kartu kemudian membagikan seluruh kartu secara acak pada pemain. Kartu ini terdiri dari 3 warna. Setiap warna memiliki 20 kartu yang berisi kata mengenai perilaku disruptif. Setiap angka terdiri dari 2 kartu. Klien mengumpulkan 2 kartu dengan warna dan angka yang sama, sebanyak mungkin. Bila tidak ada kartu yang sama klien akan mengambil satu kartu dari pemain sebelumnya dan mencocokkan dengan kartu miliknya, jika tidak ada kartu yang terbentuk, maka pemain selanjutnya akan meneruskan dengan aturan yang sama. Ketika klien berhasil mengumpulkan dua kartu maka klien harus menceritakan akibat dari perilaku yang sudah dikumpulkannya dan meletakkan kartu tersebut disisi lain. Permainan berlangsung hingga kartu habis. Klien yang berhasil mengumpulkan seri kartu terbanyak ialah pemenangnya. Sedangkan klien yang kalah ialah yang mendapat kartu pasangan dari kartu yang disembunyikan sehingga tidak bisa membentuk 2 kartu.

Setelah menyelesaikan permainan, klien menyebutkan beberapa manfaat dan pelajaran yang dapat diambil dari permainan tersebut secara bergiliran, serta bagaimana menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Terapis menambahkan hal-hal yang belum disebutkan. Untuk pemenang pertama akan mendapatkan dua sticker, sedangkan untuk pemenang ke dua hingga ke lima satu sticker dan terakhir tidak mendapatkan sticker. Sticker akan ditempelkan di papan sesuai nama, bila tidak ada pelanggaran yang dilakukan. Setiap melakukan dua pelanggaran, sticker akan dicabut.

3. Umpan Balik (10 menit)

Klien secara bergantian mengutarakan komentar dan perasaanya selama menjalani kegiatan. Terapis bertanya mengenai kegiatan yang telah dilakukan. Terapis menjawab pertanyaan yang diajukan oleh klien dan memberikan umpan balik secara umum mengenai kegiatan

4. Penutup (5 menit)

Terapis dan klien mengakhiri dengan mengatur jadwal untuk pertemuan selanjutnya. Kegiatan ditutup dengan berdoa bersama.

Sesi 3 : Permainan kartu perilaku II

Tujuan dari sesi ini ialah untuk 1) mengenalkan macam-macam perilaku yang sesuai standar (lawan dari perilaku disruptif), 2) menginternalisasi aturan atau standar masyarakat berkaitan dengan perilaku yang sesuai standar (perilaku baik), dan 3) mengontrol perilaku sesuai dengan aturan permainan.

Target :

1. Klien mengenali perilaku baik dan menginternalisasikan ke dalam dirinya
2. Klien mengikuti aturan yang sudah dibuat

Alat dan Bahan

1. Dadu
2. 1 Set Kartu Permainan

Langkah Kegiatan :

1. Pembukaan (5 menit)

Terapis dan klien berkumpul dalam satu ruangan yang disediakan untuk melaksanakan kegiatan. Terapis dan klien memulai kegiatan dengan berdoa.

2. Kegiatan Kelompok (40 menit)

Klien menerima penjelasan mengenai aturan permainan yang akan dilakukan. Klien menjalankan permainan sesuai dengan aturan yang sudah dijelaskan. Klien mengocok dadu untuk menentukan urutan pemain pertama. Pemain dengan angka tertinggi akan memulai permainan.

Terapis menyembunyikan satu kartu kemudian membagikan seluruh kartu secara acak pada pemain. Kartu ini terdiri dari 3 warna. Setiap warna memiliki 20 kartu yang berisi kata mengenai perilaku disruptif. Setiap angka terdiri dari 2 kartu. Klien mengumpulkan 2 kartu dengan warna dan angka yang sama, sebanyak mungkin. Bila tidak ada kartu yang sama klien akan mengambil satu kartu dari pemain sebelumnya dan mencocokkan dengan kartu miliknya, jika tidak ada kartu yang terbentuk, maka pemain selanjutnya akan meneruskan dengan aturan yang sama. Ketika klien berhasil mengumpulkan dua kartu maka klien harus menceritakan akibat dari perilaku yang sudah dikumpulkannya dan meletakkan kartu tersebut disisi lain.

Pemainan berlangsung hingga kartu habis. Klien yang berhasil mengumpulkan seri kartu terbanyak ialah pemenangnya. Sedangkan klien yang kalah ialah yang mendapat kartu pasangan dari kartu yang disembunyikan sehingga tidak bisa membentuk 2 kartu.

Setelah menyelesaikan permainan, klien menyebutkan beberapa manfaat dan pelajaran yang dapat diambil dari permainan tersebut secara bergiliran, serta bagaimana menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Terapis menambahkan hal-hal yang belum disebutkan. Klien sepakat untuk menerapkan hal yang dipelajari dalam kehidupan sehari-harinya. Untuk pemenang pertama akan mendapatkan dua sticker, sedangkan untuk pemenang ke dua hingga ke lima satu sticker dan terakhir tidak mendapatkan sticker. Sticker akan ditempelkan di papan sesuai nama, bila tidak ada pelanggaran yang dilakukan. Setiap melakukan dua pelanggaran, sticker akan dicabut.

3. Umpan Balik (10 menit)

Klien secara bergantian mengutarakan komentar dan perasaanya selama menjalani kegiatan. Terapis bertanya mengenai kegiatan yang telah dilakukan. Terapis menjawab pertanyaan yang diajukan oleh klien dan memberikan umpan balik secara umum mengenai kegiatan.

4. Penutup (5 menit)

Terapis dan klien mengakhiri dengan mengatur jadwal untuk pertemuan selanjutnya. Kegiatan ditutup dengan berdoa bersama.

Sesi 4: Permainan Uno Stacko

Tujuan dari sesi ini ialah mengajarkan klien untuk 1) Berpikir mengenai akibat sebelum melakukan perilaku-perilaku disruptif, 2) mengontrol emosi sehingga tidak melakukan perilaku disruptif, 3) memahami dan mengikuti aturan yang ada

Target :

1. Klien mengikuti aturan yang ada
2. Klien mampu mengontrol emosi
3. Klien mampu memikirkan akibat dari tindakan disruptif (melanggar aturan / lalai) ketika hendak berperilaku disruptif
4. Klien berkomitmen untuk melakukan apa yang dipelajari dalam kehidupan sehari

Alat dan Bahan :

1. Uno Stacko

Langkah Kegiatan :

1. Pembukaan (5 menit)

Terapis dan klien berkumpul dalam satu ruangan yang disediakan untuk melaksanakan kegiatan. Terapis dan klien memulai kegiatan dengan berdoa.

2. Kegiatan Kelompok (40 menit)

Klien menerima penjelasan mengenai aturan permainan yang akan dilakukan. Klien menjalankan permainan sesuai dengan aturan yang sudah dijelaskan. Klien melakukan hompimpa untuk menentukan pemain pertama. Giliran permainan berjalan searah jarum jam.

Pemain menyusun uno sesuai dengan ketentuan, yaitu, setiap tingkat memiliki 3 balok yang berbeda warna, setiap level disusun dengan pola yang berbeda dan berurutan. Setiap balok memiliki label yang berbeda yaitu, *wild*, *skip*, *reverse*, *draw 2* dan angka. Balok *wild* merupakan satu-satunya balok berwarna ungu yang berarti dapat diganti dengan warna yang diinginkan. Balok *skip* berarti melompati pemain selanjutnya. Balok *reverse* artinya merubah arah putaran permainan. Balok *draw 2* artinya pemain harus mengambil dua balok. Sedangkan label angka ada di semua warna balok kecuali ungu. Permainan dimulai ketika Menara sudah tersusun rapi.

Pemain pertama mengambil balok bebas kemudian diletakkan di atas menara, diikuti pemain berikutnya yang harus mengambil balok dengan label atau warna yang sama dengan balok yang diambil pemain sebelumnya kemudian meletakkannya di atas. Bila balok roboh ketika pemain menarik atau meletakkan balok di atas Menara, maka pemain tersebut dinyatakan kalah / gugur. Perlu diingat bahwa balok pada tingkat 1, 2 dan 3 tidak boleh diambil.

Klien perlu berfokus menyusun strategi dan rencana untuk mengambil keputusan dengan mempertimbangkan akibat dari pilihannya. Klien dapat berpindah tempat dan menyesuaikan posisi untuk mengambil balok sebagai bentuk koping aktif ketika menghadapi kesulitan. Klien juga dapat menerapkan strategi koping aktif untuk mengontrol emosinya ketika balok yang diambilnya tidak sesuai dengan yang dipikirkan dan merobohkan menaranya.

Setelah menyelesaikan permainan, klien menyebutkan beberapa manfaat dan pelajaran yang dapat diambil dari permainan tersebut secara bergantian, serta bagaimana menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Terapis menambahkan hal-hal yang belum disebutkan. Klien sepakat untuk menerapkan apa yang dipelajari dalam kehidupan sehari-harinya. Klien yang merobohkan UNO stacko tidak mendapatkan sticker, sedangkan ke lima klien akan mendapatkan satu sticker. Sticker akan ditempelkan di papan sesuai nama, bila tidak ada pelanggaran yang dilakukan. Setiap melakukan dua pelanggaran, sticker akan dicabut.

3. Umpan Balik (10 menit)

Klien secara bergantian mengutarakan komentar dan perasaanya selama menjalani kegiatan. Terapis bertanya mengenai kegiatan yang telah dilakukan. Terapis menjawab pertanyaan yang diajukan oleh klien dan memberikan umpan balik secara umum mengenai kegiatan.

4. Penutup (5 menit)

Terapis dan klien mengakhiri dengan mengatur jadwal untuk pertemuan selanjutnya. Kegiatan ditutup dengan berdoa bersama.

Sesi 5 : Dodgeball

Tujuan dari sesi ini ialah 1) mengontrol perilaku agresi terhadap teman dengan meningkatkan kemampuan untuk bekerjasama, menyelesaikan konflik serta empati. dan 2) memahami dan mengikuti aturan yang ada.

Target :

1. Klien mengikuti aturan
2. Klien mampu bekerja sama dan menyelesaikan konflik kelompok
3. Klien menunjukkan rasa empati terhadap teman
4. Klien membuat komitmen untuk menerapkan di kehidupan sehari

Alat dan Bahan :

1. Kapur / Batu bata
2. Bola

Langkah Kegiatan :

1. Pembukaan (5 menit)

Terapis dan klien berkumpul dalam satu ruangan yang disediakan untuk melaksanakan kegiatan. Terapis dan klien memulai kegiatan dengan berdoa.

2. Kegiatan Kelompok (40 menit)

Klien menerima penjelasan mengenai aturan permainan yang akan dilakukan. Klien menjalankan permainan sesuai dengan aturan yang sudah dijelaskan. Terapis membuat kotak besar dilapangan yang kemudian diberi garis tengah untuk membagi menjadi dua. Klien membagi kelompok menjadi dua kelompok. Kelompok pertama ada di kotak sebelah kiri sedangkan kelompok kedua ada di kotak sebelah kanan. Masing-masing anggota tidak boleh melebihi garis, kecuali mengambil bola yang keluar. Bila melebihi garis maka akan gugur dan menunggu diluar lapangan.

Salah satu anggota diminta untuk suit, pemenang akan mendapat bola untuk memulai permainan. Pemain harus melemparkan bola ke kelompok lawan, bila bola mengenai tubuh lawan maka lawan tersebut gugur dan harus menunggu di luar. Bila lawan berhasil menangkap bola, maka ia tidak gugur dan berkesempatan membawa satu anggotanya yang gugur kembali ke lapangan. Pemain yang bolanya ditangkap oleh lawan akan gugur, Bola tidak boleh dipegang lebih dari 5 detik atau pemain tersebut akan gugur. Kelompok yang kehabisan pemain dinyatakan kalah.

Setelah permainan selesai masing-masing kelompok bersalaman dan saling memaafkan. Terapis dan klien kembali ke dalam ruangan, klien menyebutkan manfaat dan pelajaran yang dapat diambil dari permainan tersebut secara bergantian, serta bagaimana menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Terapis menambahkan hal-hal yang belum disebutkan. Klien sepakat untuk menerapkan apa yang dipelajari dalam kehidupan sehari-harinya. Untuk tim pemenang pertama akan mendapatkan dua sticker, sedangkan untuk tim yang kalah mendapatkan satu sticker. Sticker akan ditempelkan di papan sesuai nama, bila tidak ada pelanggaran yang dilakukan. Setiap melakukan dua pelanggaran, sticker akan dicabut.

3. Umpan Balik (10 menit)

Terapis meminta klien secara bergantian mengutarakan komentar dan perasaanya selama menjalani kegiatan. Terapis mempersilahkan klien untuk bertanya mengenai kegiatan yang telah dilakukan. Terapis menjawab pertanyaan yang diajukan oleh klien dan memberikan umpan balik secara umum mengenai kegiatan.

4. Penutup (5 menit)

Terapis dan klien mengakhiri dengan mengatur jadwal untuk pertemuan selanjutnya. Kegiatan ditutup dengan berdoa bersama.

Sesi 6 : Permainan Papan I

Tujuan dari sesi ini ialah 1) mengajarkan klien untuk mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap teman sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya, dan 2) memahami dan mengikuti aturan yang ada.

Target :

1. Klien dapat mencontohkan akibat dari agresi terhadap teman sekolah
2. Klien dapat mencontohkan cara mengontrol emosi dan perilaku
3. Klien mengikuti aturan
4. Klien membuat komitmen untuk menerapkan di kehidupan sehari-hari

Alat dan Bahan :

1. Papan permainan
2. Pion / bidak
3. Dadu
4. Kartu Misi (biru)

Langkah Kegiatan :

1. Pembukaan (5 menit)

Terapis dan klien berkumpul dalam satu ruangan yang disediakan untuk melaksanakan kegiatan. Terapis dan klien memulai kegiatan dengan berdoa.

2. Kegiatan Kelompok (60 menit)

Klien menerima penjelasan mengenai aturan permainan yang akan dilakukan. Klien menjalankan permainan sesuai dengan aturan yang sudah dijelaskan. Klien diminta mengocok dadu untuk menentukan urutan pemain. Pemain dengan angka tertinggi akan memulai permainan. Klien melempar dadu kemudian menjalankan pion sesuai dengan angka yang keluar pada dadu.

Klien bermain secara bergiliran sesuai dengan urutan yang sudah ditentukan. Bila bidak berhenti pada warna biru maka klien akan diberikan misi. Misi yang dilakukan sesuai dengan kartu yang diambil. Bila klien berhasil menyelesaikan misi maka ia akan mendapatkan *reward* berupa maju beberapa kotak sesuai dengan yang ditulis pada kartu, bila klien gagal ia akan mundur beberapa kotak. Bila pion berhenti pada warna hijau, klien akan mengikuti perintah yang ada pada kotak tersebut, yaitu kehilangan satu kali kesempatan bermain atau berkesempatan memutar dadu satu

kali lagi. Permainan dilakukan hingga seluruh klien berhasil mencapai garis *finish*.

Setelah menyelesaikan permainan, klien menyebutkan dan menuliskan beberapa manfaat dan pelajaran yang dapat diambil dari permainan tersebut, serta bagaimana menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Terapis menambahkan hal-hal yang belum disebutkan. Klien sepakat untuk menerapkan apa yang dipelajari hari ini dalam kehidupan sehari-harinya. Untuk pemenang pertama akan mendapatkan dua sticker, sedangkan untuk pemenang ke dua hingga ke lima satu sticker dan terakhir tidak mendapatkan sticker. Sticker akan ditempelkan di papan sesuai nama, bila tidak ada pelanggaran yang dilakukan. Setiap melakukan dua pelanggaran, sticker akan dicabut.

3. Umpan Balik (10 menit)

Klien secara bergantian mengutarakan komentar dan perasaannya selama menjalani kegiatan. Terapis bertanya mengenai kegiatan yang telah dilakukan. Terapis menjawab pertanyaan yang diajukan oleh klien dan memberikan umpan balik secara umum mengenai kegiatan.

4. Penutup (5 menit)

Terapis dan klien mengakhiri dengan mengatur jadwal untuk pertemuan selanjutnya. Kegiatan ditutup dengan berdoa bersama.

Sesi 7 : Permainan Papan II

Tujuan dari sesi ini ialah mengajarkan klien untuk 1) mengontrol emosi dan perilaku disruptif berkaitan dengan agresi terhadap otoritas sekolah ketika sesuatu tidak berjalan dengan keinginannya dengan memikirkan akibat dari perilaku tersebut serta menemukan solusinya, dan 2) memahami dan mengikuti aturan yang ada

Target :

1. Klien dapat mencotohkan akibat dari agresi terhadap otoritas sekolah
2. Klien dapat mencontohkan cara mengontrol emosi dan perilaku
3. Klien mengikuti aturan
4. Klien membuat komitmen untuk menerapkan di kehidupan sehari-hari

Alat dan Bahan :

1. Papan permainan
2. Pion / bidak
3. Dadu

4. Kartu Misi (biru)

5. *Timer*

Langkah Kegiatan :

1. Pembukaan (5 menit)

Terapis dan klien berkumpul dalam satu ruangan yang disediakan untuk melaksanakan kegiatan. Terapis dan klien memulai kegiatan dengan berdoa.

2. Kegiatan Kelompok (60 menit)

Klien menerima penjelasan mengenai aturan permainan yang akan dilakukan. Klien menjalankan permainan sesuai dengan aturan yang sudah dijelaskan. Klien diminta mengocok dadu untuk menentukan urutan pemain. Pemain dengan angka tertinggi akan memulai permainan. Klien melempar dadu kemudian menjalankan pion sesuai dengan angka yang keluar pada dadu.

Klien bermain secara bergiliran sesuai dengan urutan yang sudah ditentukan. Bila bidak berhenti pada warna biru maka klien akan diberikan misi. Misi yang dilakukan sesuai dengan kartu yang diambil. Bila klien berhasil menyelesaikan misi maka ia akan mendapatkan *reward* berupa maju beberapa kotak sesuai dengan yang ditulis pada kartu, bila klien gagal ia akan mundur beberapa kotak. Bila pion berhenti pada warna hijau, klien akan mengikuti perintah yang ada pada kotak tersebut, yaitu kehilangan satu kali kesempatan bermain atau berkesempatan memutar dadu satu kali lagi. Permainan dilakukan hingga seluruh klien berhasil mencapai garis *finish*.

Setelah menyelesaikan permainan, klien menyebutkan beberapa manfaat dan pelajaran yang dapat diambil dari permainan tersebut secara berurutan, serta bagaimana menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Terapis menambahkan hal-hal yang belum disebutkan. Klien sepakat untuk menerapkan apa yang dipelajari hari ini dalam kehidupan sehari-harinya. Untuk pemenang pertama akan mendapatkan dua sticker, sedangkan untuk pemenang ke dua hingga ke lima satu sticker dan terakhir tidak mendapatkan sticker. Sticker akan ditempelkan di papan sesuai nama, bila tidak ada pelanggaran yang dilakukan. Setiap melakukan dua pelanggaran, sticker akan dicabut.

3. Umpan Balik (10 menit)

Klien secara bergantian mengutarakan komentar dan perasaanya selama menjalani kegiatan. Terapis bertanya mengenai kegiatan yang telah dilakukan. Terapis

menjawab pertanyaan yang diajukan oleh klien dan memberikan umpan balik secara umum mengenai kegiatan.

4. Penutup (5 menit)

Terapis dan klien mengakhiri dengan mengatur jadwal untuk pertemuan selanjutnya. Kegiatan ditutup dengan berdoa bersama.

Sesi 8 : Evaluasi dan *Self- Healing*

Tujuan dari sesi ini ialah mengajak klien untuk memonitor, menilai dan menghargai perubahan yang sudah dilakukan.

Target :

1. Klien menilai perubahan yang sudah dilakukan
2. Klien memunculkan *self-aware* dengan *forgiveness* dan perilaku empatik

Alat dan bahan :

1. Kertas
2. Alat Tulis
3. Pewarna

Langkah Kegiatan :

1. Pembukaan (5 menit)

Terapis dan klien berkumpul dalam satu ruangan yang disediakan untuk melaksanakan kegiatan. Terapis dan klien memulai kegiatan dengan berdoa.

2. Kegiatan Kelompok (40 menit)

Klien mengevaluasi dirinya masing-masing atas apa yang telah dipelajari dari sesi sebelumnya. Klien juga mengevaluasi bagaimana dirinya menerapkan apa yang sudah didapat dalam kehidupan sehari-hari. Klien memberikan tanggapan dan masukan pada teman-teman kelompoknya. Klien meminta maaf pada teman-temannya serta memaafkan teman-temannya. Klien berterimakasih pada dirinya atas usahanya selama ini. Klien menuliskan surat atau menyiapkan hadiah untuk orang-orang yang paling berjasa dan mengirimkannya setelah sesi selesai. Terapis memberikan motivasi dan pujian atas apa yang sudah dicapai klien.

3. Umpan Balik (10 menit)

Terapis dan klien mengevaluasi seluruh kegiatan dan memberikan kesan dan *feedback* mengenai keseluruhan kegiatan dari sesi pertama hingga saat ini. Terapis memberi kesempatan klien untuk bertanya. Klien bertanya, kemudian terapis

menjawab pertanyaan yang diajukan oleh klien dan memberikan umpan balik secara umum mengenai kegiatan. Terapis mengakhiri kegiatan dengan kalimat-kalimat positif untuk memotivasi klien.

4. Penutup (5 menit)

Terapis dan klien mengakhiri kegiatan secara keseluruhan. Kegiatan ditutup dengan berdoa bersama.

Sesi 9 :Evaluasi dan Terminasi

Tujuan dari sesi ini ialah 1) menyelesaikan masalah yang tersisa, 2) mengevaluasi seluruh kegiatan, dan 3) mengakhiri kegiatan.

Target :

1. Masalah terselesaikan
2. Evaluasi kegiatan
3. Kegiatan berakhir

Langkah Kegiatan :

1. Pembukaan (5 menit)

Terapis dan klien berkumpul dalam satu ruangan yang disediakan untuk melaksanakan kegiatan. Terapis dan klien memulai kegiatan dengan berdoa.

2. Kegiatan Kelompok (40 menit)

Menyelesaikan hal dan permasalahan yang belum terselesaikan selama berjalannya kegiatan maupun yang terbentuk saat kegiatan berlangsung. Terapis meminta klien mengutarakan bila ada hal yang masih mengganggu atau masalah yang belum terselesaikan. Terapis dan klien mendiskusikan dan menyelesaikan permasalahan tersebut. Sesi ini diakhiri dengan klien mendapatkan hadiah sesuai dengan jumlah sticker yang didapatnya.

3. Umpan Balik (10 menit)

Terapis dan klien mengevaluasi seluruh kegiatan dan memberikan kesan dan *feedback* mengenai keseluruhan kegiatan dari sesi pertama hingga saat ini. Terapis memberi kesempatan klien untuk bertanya. Klien bertanya, kemudian terapis menjawab pertanyaan yang diajukan oleh klien dan memberikan umpan balik secara umum mengenai kegiatan. Terapis mengakhiri kegiatan dengan kalimat-kalimat positif untuk memotivasi klien.

4. Penutup (5 menit)

Terapis dan klien mengakhiri kegiatan secara keseluruhan. Kegiatan ditutup dengan berdoa bersama.



BAGIAN IV

PENUTUP

Terapi bermain regulasi diri untuk perilaku mengganggu dapat dilakukan oleh psikolog, guru maupun orang lain yang mampu memahami dan mengatur jalannya proses terapi. Selain itu juga diperlukan kemampuan untuk berinteraksi dengan anak-anak. Pengalaman dalam melaksanakan terapi serupa atau mengatur berlangsungnya permainan anak-anak sangat membantu pelaksanaan terapi ini.

Terapi ini dilakukan secara kelompok, selain memerlukan terapis yang sesuai, komitmen antar anggota serta suasana pelaksanaan juga merupakan hal yang perlu diperhatikan. Keberhasilan terapi akan meningkat ketika suasana terapi menyenangkan dan tercipta interaksi positif antara klien serta terapis.

Terapi ini dikembangkan dengan tujuan menurunkan perilaku mengganggu pada anak di sekolah. Namun terapi ini juga dapat digunakan sebagai bentuk pencegahan agar anak-anak tidak melakukan perilaku mengganggu tersebut. Terapi ini dapat dimodifikasi sesuai dengan kebutuhan di lapangan.

Daftar Pustaka

- Akpan, M. U., Ojinnaka, N. C., & Ekanem, E. (2010). Behavioural problems among schoolchildren in Nigeria. *South African Journal of Psychiatry*, 16(2), 50–55. <https://doi.org/10.4102/sajpsychiatry.v16i2.220>
- Aloe, A. M., Shisler, S. M., Norris, B. D., Nickerson, A. B., & Rinker, T. W. (2014). A multivariate meta-analysis of student misbehavior and teacher burnout. *Educational Research Review*, 12, 30–44. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2014.05.003>
- Alwisol, M. (2012). *Psikologi Kepribadian (Edisi Revisi)* (11th ed.). Malang: UMM Press.
- Bandura, A. (1991). Social cognitive theory of self-regulation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 248–287. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90022-L](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90022-L)
- Bandy, T., & Moore, K. (2010). Assessing self-regulation: A guide for out-of-school time program practitioners. *Washington DC*, (October). <https://doi.org/10.1037/e616952009-001>
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does High Self-Esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness or Healthier Lifestyles?
- Berger, A. (2011). *Self- Regulation Brain, Cognition and development*. (Vol. 1). <https://doi.org/10.1037/12327-000>
- Bolstad, O. D., & Johnson, S. M. (1972). Self-Regulation in the Modification of Disruptive Classroom Behavior. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 5(4), 443–454.
- Bridgett, D. J., Oddi, K. B., Laake, L. M., Murdock, K. W., & Bachmann, M. N. (2013). Integrating and differentiating aspects of self-regulation: Effortful control, executive functioning, and links to negative affectivity. *Emotion*, 13(1), 47–63. <https://doi.org/10.1037/a0029536>
- Cattanach, A. (2003). *Introduction to Play Therapy*. New York: Brunner-Routledge.
- Dalgıç, G., & Bayhan, G. (2014). Student Misbehavior, Meta Analysis, Classroom Management, 9(2), 101–116.
- Gundersen, K. K. (2010). Reducing behaviour problems in young people through social competence programmes. *The International Journal of Emotional Education*, 2(2), 48–62.
- Gupta, A., Mongia, M., & Garg, A. (2017). A descriptive study of behavioral problems in schoolgoing children. *Industrial Psychiatry Journal*, 26(1), 91–94. https://doi.org/10.4103/ipj.ipj_39_17
- Johnson, M. H., George, P., Armstrong, M. I., Lyman, D. R., Dougherty, R. H., Daniels, A. S., ... Delphin-Rittmon, M. E. (2014). Behavioral Management for Children and Adolescents : Assessing the Evidence. *Psychiatric Services*, 65(5). <https://doi.org/10.1176/appi.ps.201300253>
- Kindermann, T. A. (2016). Peer group influences on students' academic motivation. *Handbook of Social Influence on Social-Emotional, Motivation, and Cognitive Outcomes in School Contexts*, (May). <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Kremer, K. P., Flower, A., Huang, J., & Vaughn, M. G. (2016). Behavior problems and children's academic achievement: A test of growth-curve models with

- gender and racial differences. *Child Y Outh Serv Rev*, (67), 95–041. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2015.08.015>.Chronic
- Landreth, G. L. (2001). *Innovations in Play Therapy: Issues Process, and Special Populations*. Philadelphia: Brouner-Routledge.
- Ludwig, K., Haindl, A., Laufs, R., & Rauch, W. A. (2016). Self-Regulation in Preschool Children ' s Everyday Life : Exploring Day-to-Day Variability and the Within- and Between-Person Structure. *Journal of Self Regulation and Regulation*, 2. <https://doi.org/10.11588/josar.2016.2.34357>
- Maclean-blevins, A. O. (2013). Class DoJo: Supporting the art of student self-regulation. *Rising Tide*, 6.
- Mostowfi, S., Koleini, N., & Khorramar, M. (2016). Designing Playful Learning by Using Educational Board Game for Children In The Age Range of 7-12 : (A Case Study : Recycling and Waste Separation Education Board Game). *International Journal of Environmental & Science Education*, 11(12), 5453–5476.
- Murray, D. W., Rosanbalm, K., Christopoulps, C., & Hamoudi, A. (2015). *Self-Regulation and Toxic Stress : Foundations for Understanding Self-Regulation from an Applied Developmental Perspective*.
- Novak, S. P., & Clayton, R. R. (2001). The Influence of School Environment and Self-Regulation on Transitions Between Stages of Cigarette Smoking : A Multilevel Analysis, 20(3), 196–207. <https://doi.org/10.1037//0278-6133.20.3.196>
- Pandey, A., Hale, D., Goddings, A.-L., Blakemore, S.-J., & Viner, R. (2017). Systematic review of effectiveness of universal self-regulation-based interventions and their effects on distal health and social outcomes in children and – adolescents: review protocol. *Systematic Reviews*, 6(1), 175. <https://doi.org/10.1186/s13643-017-0570-z>
- Savina, E. (2014). Does play promote self-regulation in children? *Early Child Development and Care*, 184(11), 1692–1705. <https://doi.org/10.1080/03004430.2013.875541>
- Tømmerås, T., & Kjøbli, J. (2017). Family Resources and Effects on Child Behavior Problem Interventions: A Cumulative Risk Approach. *Journal of Child and Family Studies*, 26(10), 2936–2947. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0777-6>
- Vaughn, M. T. (2014). Teaching Self-Regulation Skills to Improve Academic Achievement, 5(1), 1618–1625.
- Veiga, F. H., & Lisboa, U. De. (2008). Disruptive Behavior Scale Professed by Students (DBS-PS): Development and Validation, 203–216.
- Yuan, X., & Che, L. (2012). How to Deal with Student Misbehaviour in the Classroom? *Journal of Educational and Developmental Psychology*, 2(1), 143–150. <https://doi.org/10.5539/jedp.v2n1p143>

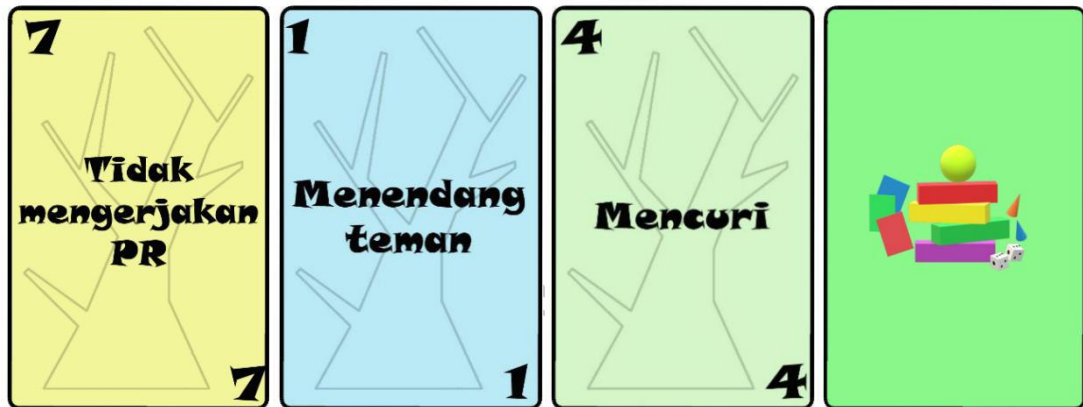
Lampiran :**DAFTAR PERILAKU DI KARTU 1 (Sesi 2)**

	No	Gangguan Pelanggaran	Agresi terhadap teman sekolah	Agresi terhadap otoritas sekolah
Kartu I	1	Melamun saat pelajaran	Menendang teman	Membantah guru
	2	Meninggalkan pelajaran	Memukul teman	Merokok disekolah
	3	Tidak membawa buku	Mengancam orang lain	Minum alcohol
	4	Terlambat	Mengejek teman	Mencuri
	5	Gaduh di kelas	Merusak bangku	Berteriak pada guru
	6	Jalan-jalan saat pelajaran	Mencorat-coret tembok	Memukul guru
	7	Tidak mengerjakan PR	Tidak mendengarkan pelajaran	Berkata kasar / kotor
	8	Mencoret buku teman	Merusak tanaman	Menghina guru
	9	Menyontek	Mendorong teman	Menggunakan narkoba
	10	Membolos	Mengucilkan teman	Menendang guru

DAFTAR PERILAKU DI KARTU 2 (Sesi 3)

	No	Gangguan Pelanggaran	Agresi terhadap teman sekolah	Agresi terhadap otoritas sekolah
Kartu II	1	Memperhatikan pelajaran	Menolong teman	Mendengarkan guru
	2	Mengikuti kelas sampai selesai	Menyapa teman	Izin saat meminjam barang
	3	Membawa buku sesuai jadwal	Menenangkan diri saat marah	Mengembalikan barang yang dipinjam
	4	Datang tepat waktu	Mendengarkan pelajaran	Berbicara dengan sopan
	5	Angkat tangan sebelum bicara	Mengerjakan piket	Salim saat bertemu guru
	6	Duduk tenang saat pelajaran	Tidak mencorat-coret tembok	Tidak merokok
	7	Mengerjakan PR	Menghibur teman	Menjauhi alcohol
	8	Meminta izin sebelum keluar	Bermain bersama teman	Menjaga sopan santun
	9	Menyelesaikan tugas	Memaafkan teman	Mematuhi guru
	10	Mematuhi aturan	Meminta maaf ketika salah	Menjauhi narkoba

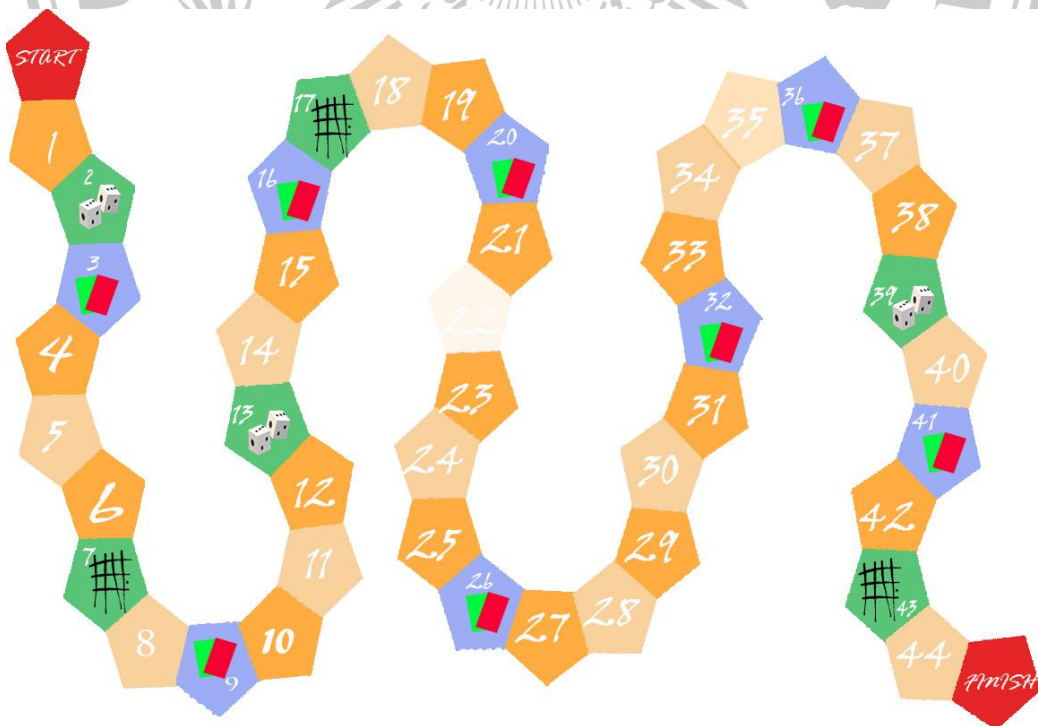
Kartu I



Kartu II



GAMBAR PAPAN PERMAINAN (Sesi 6 dan 7)



DAFTAR KARTU MISI (Sesi 6)
KARTU MISI AGRESI TERHADAP TEMAN

Ketika temanmu mengejek kamu,
apa yang kamu lakukan?
Contohkan!
+2 atau -2

Contohkan apa yang harus
dilakukan murid saat guru
menjelaskan pelajaran di depan?
+2 atau -2
*jawaban tidak boleh sama dengan
sebelumnya

Temanmu mengerjakan soal di
depan kelas, namun ternyata
jawabannya salah. Apa yang kamu
lakukan? Contohkan!
+3 atau -2

Contohkan 1 hal yang harus
dilakukan murid saat guru
menjelaskan pelajaran di depan?
+2 atau -2
*jawaban tidak boleh sama dengan
sebelumnya

Temanmu datang ke sekolah
dengan rambut baru, apa yang
kamu katakan padanya?
Contohkan!
+3 atau -3

MAJU 3 LANGKAH

**MUNDUR 3
LANGKAH GRAK!!**

**MAJU 1 LANGKAH
AJA YA**

**SELAMAT!!
MAJU 2 LANGKAH**

**TOO BAD
MUNDUR 2
LANGKAH**

Jawab pertanyaan ini :
Apa yang kamu lakukan jika
temanmu berbuat salah /
mengganggu kamu?
+2 atau -2

Jawab pertanyaan ini :
Ketika temanmu curang dalam
permainan, apa yang kamu
lakukan?
+2 atau -2

**OOPS MUNDUR
3 LANGKAH
YA**

Jawab pertanyaan ini :
Apa yang temanmu rasakan jika
kamu mengejeknya?
+2 atau -3

Jawab pertanyaan ini :
Ketika diminta untuk membuat
kelompok, teman dekatmu sudah
berkelompok dengan yang lain apa
yang kamu lakukan?
+2 atau -3

Jawab pertanyaan ini :
Bagaimana perasaanmu jika
temanmu mengucilkan kamu?
+2 atau -2

STAY HERE!!
Diam disini aja, jangan
kemana-mana

**NO MISSION
DIAM DITEMPAT!**

Apa akibatnya jika kamu
mencorat-coret tembok?
+1 atau -1

Apa yang harus dilakukan ketika
kamu merusak peralatan sekolah?
Contohkan!
+2 atau -2

Apa yang kamu rasakan dan lakukan jika kamu kalah dalam permainan? Contohkan!
+3 atau -2

Adi tersandung dan terjatuh, namun teman-temannya menertawakannya. Apa yang dirasakan Adi? Apa yang kamu lakukan? contohkan
+3 atau -3

Contohkan apa yang harus kamu lakukan ketika kamu merusak barang temanmu?
+3 atau -2

Bagaimana cara kamu memberi tahu temanmu ketika ia melakukan kesalahan? Contohkan!
+2 atau -2

Kamu mendapat tugas kelompok, apa yang kamu lakukan untuk menyelesaikan tugas tersebut?
+3 atau -2

Temanmu merusak barangmu dan kamu menjadi marah, apa yang kamu lakukan? Contohkan!
+3 atau -2

DAFTAR KARTU MISI AGRESI TERHADAP OTORITAS SEKOLAH (Sesi 7)

Apa akibat dari mengonsumsi alkohol? Contohkan! +2 atau -3	TOO BAD MUNDUR 2 LANGKAH
Apa yang terjadi jika kamu pergi ke sekolah dalam pengaruh alkohol? +2 atau -3	Apa yang kamu lakukan saat bertemu gurumu? Contohkan! +2 atau -3
Apa yang kamu lakukan ketika menemukan uang di halaman sekolah? Contohkan! +3 atau -3	Contohkan reaksi yang seharusnya bila dimarahi guru karena kesalahan yang diperbuat +1 atau -2
Contohkan hal yang harus kamu lakukan ketika kamu ingin sesuatu dari orang lain? +2 atau -2	SELAMAT!! MAJU 2 LANGKAH
NO MISSION DIAM DITEMPAT!	STAY HERE!! Diam disini aja, jangan kemana-mana

<p>Temanmu meminjam barangmu tanpa izin, apa yang kamu rasakan dan lakukan? Contohkan!</p> <p>+2 atau -2</p>	<p>Temanmu mengajakmu merokok di jam istirahat, apa yang akan kamu lakukan? Contohkan!</p> <p>+2 atau -2</p>
<p>MAJU 2 LANGKAH</p>	<p>MAJU 1 LANGKAH AJA YA</p>
<p>MUNDUR 2 LANGKAH GRAK!!</p>	<p>OOPS MUNDUR 3 LANGKAH YA</p>
<p>Apa yang kamu lakukan ketika kamu berbeda pendapat dengan gurumu? Contohkan!</p> <p>+2 atau -3</p>	<p>Gurumu melakukan kesalahan, apa yang kamu katakan kepada gurumu?</p> <p>+2 atau -2</p>
<p>apa yang kamu lakukan ketika, seseorang mengajak kamu mengonsumsi obat-obatan terlarang?</p> <p>+2 atau -2</p>	<p>Bagaimana cara berbicara yang baik di kelas? Contohkan!</p> <p>+2 atau -2</p>

Lampiran 17. Surat Izin Penelitian



YAYASAN BINA INSAN KAMIL [YANAICA] INDONESIA
SD ISLAM MOHAMMAD HATTA

Terakreditasi A

NIS : 100630 – NSS : 102056104009 – NPSN : 20533897

Jl. Simpang Flamboyan no. 30 Malang 65141, Tlp. (0341) 413003

Website : sdimohammadhatta.sch.id e-mail : sdimh@sdimohammadhatta.sch.id



SURAT KETERANGAN

Nomor : 071/S.Ket/KS/SDI-MH/X/2019

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Suyanto, S.Pd., M.K.Pd

NIY : 992069022

Jabatan : Kepala SD Islam Mohammad Hatta

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : Fatimah Azzahra

NIM : 201710500211018

Program Studi : Magister Profesi Psikologi

Telah melaksanakan penelitian di SD Islam Mohammad Hatta pada tanggal 30 September 2019 guna penyusunan skripsi dengan judul *“Terapi Bermain Regulasi Diri Untuk Mengurangi Perilaku Distruptif”*

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya dan dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 03 Safar 1441 H

02 Oktober 2019 M

Kepala Sekolah,



Suyanto, S.Pd., M.K.Pd



PEMERINTAH KOTA MALANG
DINAS PENDIDIKAN
SD NEGERI JATIMULYO 5
Jl Kuping Gajah No.45 Telp (0341) 476445 Malang
KEC. LOWOKWARU – KOTA MALANG

NPSN : 20533998

NSS: 101056104037

KODE POS : 65141

SURAT KETERANGAN

Nomor : 421.2/171/35.73.301.01.165/IV/2019

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : SUSMAWATI DWIKORAINI, S.Pd
NIP : 19660102 198904 2 001
Pangkat / Golongan : Pembina/ IVa
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Organisasi/ Unit Kerja : SDN Jatimulyo 5
Alamat : Jl. Kuping Gajah No. 45

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : FATIMAH AZZAHRA
NIM : 201710500211018
UNIVERSITAS : UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
FAKULTAS : PASCASARJANA
PRODI : MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI

Nama mahasiswa diatas sudah melakukan observasi penelitian untuk tugas akhir di SDN Jatimulyo 5 pada bulan Oktober sampai Nopember 2019 .

Demikian surat keterangan ini dibuat dan dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 6 Nopember 2019

Kepala SD Negeri Jatimulyo 5



SUSMAWATI DWIKORAINI, S.Pd
NIP. 19660102 198904 2 001



PEMERINTAH KOTA MALANG
DINAS PENDIDIKAN & KEBUDAYAAN
SEKOLAH DASAR NEGERI TULUSREJO 2 NO. 158
KECAMATAN LOWOKWARU
Jl. Kendalsari No. 36 Telp. (0341) 480571

SURAT KETERANGAN

Nomor : 800/434/ 35.73.307.05.158/2019

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : ROJIKIN, S.Pd, M.Pd
NIP : 19700502 199605 1 003
Pangkat/Gol.Ruang : Penata Tk. I, III/d
Jabatan : Kepala SDN Tulusrejo 2 Malang

Menerangkan bahwa :

Nama : FATIMAH AZZAHRA
NIM : 201710500211018
Prodi/Jurusan : Magister Psikologi Profesi
Judul Penelitian : Terapi Bermain Regulasi Diri Untuk Mengurangi Perilaku Disruptif Anak
Tanggal Penelitian : 10 Oktober s.d 31 Desember 2019

Telah melakukan penelitian untuk menyelesaikan tugas akhir di SDN Tulusrejo 2 Malang

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 22 Nopember 2019

Kepala SDN Tulusrejo 2



ROJIKIN, S.Pd, M.Pd

NIP. 19700502 199605 1 003

Tesis (Fatimah 3)

ORIGINALITY REPORT

3%

SIMILARITY INDEX

3%

INTERNET SOURCES

0%

PUBLICATIONS

0%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

eprints.umm.ac.id

Internet Source

3%

Exclude quotes Off

Exclude bibliography On

Exclude matches < 2%